

ΕΠΙΚΤΗΤΟΣ

# ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ

ΣΥΝΟΨΗ ΤΗΣ ΣΤΩΙΚΗΣ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ ΚΑΙ ΗΘΙΚΗΣ

*Αρχαίο κείμενο & Νεοελληνική απόδοση*

ΒΙΒΛΙΟ...βάρδια

ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Το *Εγχειρίδιο* αποτελεί απάνθισμα και σύνοψη των *Διατριβών* και *ομιλιών* τού Επίκτητου. Αποτελείται από πενήντα-τρείς παραγράφους ή κεφάλαια. Συντάχθηκε από τον Φλάβιο Αρριανό, μαθητή τού φιλοσόφου, και θεωρείται μία από τις σημαντικότερες και ασφαλέστερες πηγές για την μελέτη τής ηθικής φιλοσοφίας της Στοάς.

Μέσα στις σελίδες του *Εγχειριδίου* γίνεται αμέσως αντιληπτή ή θαρραλέα απόπειρα τού Επίκτητου να επιβάλλει την φιλοσοφία στην ψυχολογία, να εξηγήσει και να καθοδηγήσει λογικά όλες τις δράσεις και τις εκφάνσεις του ψυχικού κόσμου, ν' αναλύσει με τον ήρεμο και λογικά σκεπτόμενο νου όλα όσα πολύ αργότερα θα προσπαθούσε να διερευνήσει η επιστημονική ψυχολογική ανάλυση, και να προβάλει την απάθεια ως ύψιστη φιλοσοφική αρετή, μια απάθεια που πλησιάζει περισσότερο προς την *ψυχική γαλήνη* ή την *ψυχραιμία* ή την *αταραξία*, παρά προς την *παντελή έλλειψη παθών* ή την *αναισθησία* ή την *αδιαφορία*.

Απόδοση – Εισαγωγή - Σχόλια  
Αθανάσιος Α. Τσακνάκης

ISBN: 960-6614-09-5



9 789606 614095

**ΕΠΙΚΤΗΤΟΣ**

«Εγχειρίδιον»

# ΕΠΙΚΤΗΤΟΣ

## «Εγχειρίδιον»

Εισαγωγή, μετάφραση, σχόλια  
**Αθανάσιος Α. Τσακνάκης**  
Θεολόγος – Φιλολόγος

Σειρά: ΑΡΧΑΙΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ  
Τίτλος: Εγχειρίδιον  
Συγγραφέας: ΕΠΙΚΤΗΤΟΣ  
Εισαγωγή - Μετάφραση - Σχόλια: Αθανάσιος Α. Τσακνάκης  
Στοιχειοθεσία: ΚΩΣΤΑΣ ΚΕΚΕΣ, 2310247535  
Εκτύπωση - Βιβλιοδεσία: Αφοί Μυγδαλιά, τηλ.: 2392029326

Copyright © 2005 ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ  
Κεντρική διάθεση:  
ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ  
Αριστοτέλους 8 - 54623 Θεσσαλονίκη, τηλ.: 2310220415

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, ολική, μερική ή περιληπτική, ή η απόδοση κατά παράφραση ή διασκευή του περιεχομένου του βιβλίου με οποιονδήποτε τρόπο, μηχανικό, ηλεκτρονικό, φωτοτυπικό, ηχογράφησης ή άλλο, χωρίς προηγούμενη γραπτή άδεια του εκδότη. Νόμος 2121/1993 και κανόνες του Διεθνούς Δικαίου που ισχύουν στην Ελλάδα.

**ΒΙΒΛΙΟ ...βάρδια**

ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ISBN 960-6614-09-5

*Στην Χαρίκλεια,  
τον Κωνσταντίνο,  
την Μαρία  
και την Καλλιόπη.*

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Αντί προλόγου	9
Εισαγωγή	11
Αρχαίο κείμενο – Μετάφραση	17
Σημειώσεις	79
Παράρτημα	81
Επίλογος	87
Ελληνόγλωσση Βιβλιογραφία	89
Ξενόγλωσση Βιβλιογραφία	91

## Αντί προλόγου...

«Ο Επίκτητος πάντα ωφέλησε. Σ' αυτόν χρεωστάται πολύ η διάδοση τής στωικής φιλοσοφίας κατά τους πρώτους αιώνες του Χριστιανισμού. Πολλές ψυχές, την εποχή εκείνη, γύρευαν κάποια ηθική βάση, στερεή, που να δείχνει τι είναι «καλό» σύμφωνα με του καθενός την αίσθηση των κοινωνικών αναγκών. Η πλατωνική πολιτεία φάνηκε να είναι ουτοπία, η φιλοσοφία του Επικούρου, που είχε κι αυτή μεγάλη διάδοση, ήταν διαλυτική τής κοινωνίας, ο Νεοπλατωνισμός επηρέαζε μόνο μερικούς που είχαν τάση στον μυστικισμό, ο Χριστιανισμός ήταν θρησκεία κι απαιτούσε πίστη και ολοκληρωτική απόσχιση από το παρελθόν. Η στωική θεωρία, όπως εξελίχθηκε και έφθασε στον Μάρκο Αυρήλιο, διατηρούσε κάποιο δεσμό με τα πάτρια και παρείχε στους οπαδούς της θεωρητική βάση τής αρετής, καθώς και πρακτική οδηγία γιά την εφαρμογή της, χάριν του κοινού καλού, που μέρος του αναπόσπαστο είναι και το καλό του ατόμου...».

Στέφανος Δέλτα,  
Επίκτητου Εγχειρίδιον κ.ά.

«Η μορφή του σοφού είναι λοιπόν το πρότυπο σύμφωνα με το οποίο μπορούμε να κρίνουμε τον εαυτό μας. Όταν ξέρουμε τι οφείλουν να είναι οι άνθρωποι, είμαστε σε θέση να ανακαλύψουμε τι είμαστε, γιατί μπορούμε να μετρήσουμε την πρόοδο και την προσέγγισή μας στο ιδεώδες. Αυτή είναι η μεγάλη απαίτηση που προβάλλει ο στωικισμός στον καθένα μας: η ηθική εξέλιξη, η επάρκεια, η τελειοποίηση του εαυτού. Αυτό το ήθος τής τελειότητας που βασίζεται στην πίστη πως ο ανθρώπινος χαρακτήρας επιδέχεται αέναη τελειοποίηση, είναι η ουσία του στωικισμού από την αρχή ως το τέλος. Η συνειδητή ηθική ανάπτυξη είναι το σύνθημα τής στωικής φιλοσοφίας. Κι αυτή η ηθική ανάπτυξη μπορεί να κατακτήσει ακόμη και τις περιοχές του ασυνειδήτου – τις οποίες ο Πλάτων θεώρησε αδιαπέραστες από την ορθή βούληση. Από τα όνειρά σας, λέει ο Ζήνων, θα καταλάβετε αν προοδεύετε ή όχι. Ο σοφός δεν παύει να είναι σοφός ακόμη και στον ύπνο του...».

Ludwig Edelstein,  
Ο στωικός σοφός

«Είτε επιδιώκουμε τη διεύρυνση των ανθρώπινων ορίων, είτε την κατάργηση περιορισμών όπως είναι η ασθένεια, ο πόνος και η θνησιμότητα, το «πεπερασμένο» εξυπακούεται πάντοτε ως κραυγαλέα προδρόση – και ίσως γι' αυτόν ακριβώς το λόγο η έρευνα δεν έχει εγκύψει με την πρέπουσα συστηματικότητα στην έννοια αυτή. Αντιτιθέμενος, ωστόσο, σε μία τέτοια παραθεώρηση, υποστηρίζω ότι μονάχα μία ανθρωπολογική σκέψη η οποία υπογραμμίζει εμφαντικά την έννοια του ανθρώπινου «πεπερασμένου» μπορεί να μας προσπορίσει μία οπτική μέσα από την οποία είναι δυνατόν να αναδειχθούν κριτήρια και λύσεις, όσον αφορά σε ηθικά ζητήματα. Και αναφέρομαι, εν προκειμένω, σε μία ανθρωπολογική σκέψη η οποία δεν καταφεύγει σε θρησκευτικές ή μεταφυσικές προκείμενες, αλλά παραμένει αυστηρά εντός του φιλοσοφικού πλαισίου το οποίο ο H. Tristram Engelhardt ονόμασε «εκκοσμηκευμένο ανθρωπισμό»...

...Υπό φυσιολογικές συνθήκες, οι άνθρωποι ενεργούν πάντοτε σε σχέση με αυτό που πιστεύουν ως αληθινό ή ψευδές και αξιολογούν ως καλό ή κακό. Τούτη η θεμελιώδης τάση δεν σημαίνει ότι οι άνθρωποι πραγματοποιούν «αντικειμενικά» τη διαφάνεια και την αλήθεια. Σημαίνει μάλλον ότι ακολουθούν εκείνο που τους φαίνεται ως καλό, αφού προηγουμένως το έχουν υποβάλει σε λεπτομερή έλεγχο. Όμως, η περί ης ο λόγος τάση αποτελεί απαραίτητο προαπαιτούμενο γιά να θεωρεί ο ίδιος ο άνθρωπος τον εαυτό του ελεύθερο, καθώς και γιά να αντιληφθεί τι είναι αυτό που ονομάζεται ευθδνη: η υπαρξιακή δυνατότητα που ο καθένας μας πρέπει να συνειδητοποιήσει, προκειμένου να την μετατρέψει σε ηθική πραγματικότητα».

*Beat Sitter-Liver,  
Πεπερασμένο:  
μία παραμελημένη  
προοπτική στη Βιοηθική*

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

### Επίκτητος ο Ιεραπολίτης

Ο φιλόσοφος Επίκτητος γεννήθηκε γύρω στο 50 μ.Χ., στην Ιεράπολη τής Φρυγίας, από άγνωστους γονείς. Πιθανολογείται ότι η μητέρα του ήταν δούλη. Ο ίδιος υπήρξε κτήμα του σκληρού και βίαιου δουλοκτήτη Επαφρόδιτου, αυτοκρατορικού υπαλλήλου, στον οποίον ίσως οφειλόταν η αναπηρία του Επίκτητου στο ένα πόδι. Στην ιδιότητά του ως δούλου πρέπει να χρωστά και το ίδιο το όνομά του, αφού «επίκτητος» σημαίνει «προσφάτως ή επιπροσθέτως ή κατόπιν ή νεωστί αποκτηθείς».

Κατά την διάρκεια τής βασιλείας του Νέρωνα, ο Επίκτητος κατέστη απελεύθερος και γρήγορα έγινε ευνοούμενος τού ιδίου τού λαοφίλου αυτοκράτορα. Υπήρξε αγαπητός μαθητής τού φημισμένου στωικού φιλοσόφου Γάιου Μουσώνιου Ρούφου, ο οποίος είχε εξοριστεί από τον Νέρωνα στην Γυάρο, αλλά επέστρεψε στην Ρώμη και δίδαξε εκ νέου, μετά από τον θάνατο τού αυτοκράτορα στα 68 μ.Χ.

Ως απελεύθερος, ο Επίκτητος άρχισε και ο ίδιος να διδάσκει τον στωικισμό στην Ρώμη, ενώ παράλληλα στιγμάτιζε τις κατ' αυτόν απεραντολογίες και περιττολογίες των διαλεκτικών φιλοσόφων. Στα 94 μ.Χ. υπέστη τις συνέπειες τού μεγάλου διωγμού, που εξαπέλυσε εναντίον όλων των φιλοσόφων ο αυτοκράτορας Δομιτιανός, τού οποίου το άμεσο περιβάλλον θεωρούσε, τόσο

τους διαφόρους διδασκάλους τής φιλοσοφίας, όσο και τους ολοένα αυξανόμενους μαθητές τους, ως στοιχεία ανατρεπτικά, ύποπτα και επικίνδυνα γιά την δημόσια τάξη και γιά τα πατροπαράδοτα ήθη τής ρωμαϊκής αυτοκρατορίας. Τότε ο Επίκτητος αναγκάστηκε να καταφύγει στην Νικόπολη τής Ηπείρου, όπου άνοιξε νέα σχολή και απέκτησε πολλούς μαθητές. Εκεί δίδαξε μέχρι τον θάνατό του, ο οποίος επήλθε γύρω στα 130 μ.Χ.

Οι βιογραφικές πηγές κοσμούν τον Επίκτητο με πληθώρα επιθέτων, τα οποία αποδεικνύουν ότι η ζωή του υπήρξε αυθεντική αντανάκλαση των διδασκαλιών και τής φιλοσοφίας του: «πράος, λιτός, έντιμος, ολιγαρκής, ενάρετος, φτωχός, καταδεκτικός, ευπροσήγορος, απλός, σεμνός». Γνωρίζουμε, επίσης, ότι ποτέ δεν νυμφεύτηκε, αλλά θεωρείται βέβαιο ότι υιοθέτησε ένα ορφανό παιδί και προσέλαβε μία γυναίκα γιά να το αναθρέψει και να το φροντίσει.

Ο Στέφανος Δέλτα σημειώνει χαρακτηριστικά: «Ο Επίκτητος είναι βεβαίως άνθρωπος μέσα στον οποίο βρέθηκαν ενωμένοι όλοι αυτοί οι όροι: δούλος, ανάπηρος, πάμπτωχος, κατατρεγμένος, πέρασε από τις σκληρότερες δοκιμασίες τού βίου, από τις κοινωνικές καταστάσεις που θεωρούνται οι πιό εξευτελιστικές, και δεν έπαυσε να είναι καθαρός σαν διαμάντι. Το πνεύμα του ζυγίζεται αψηλά κι από τα ύψη βλέπει και κρίνει τα εγκόσμια, μαζί και το δικό του σώμα, τις αδυναμίες και τις ανάγκες του. Καθήκον του θεωρεί να κρατεί τη συνείδησή του, την οδηγήτριά του, ανεπηρέαστη από κάθε εξωτερικό συμβάν και να ωφελεί τους ομοίους του, με τη διδασκαλία και το παράδειγμά του».

### «Εγχειρίδιον»

Το «Εγχειρίδιο» αποτελεί απάνθισμα και σύνοψη των «Διατριβών» και των «Ομιλιών» τού Επίκτητου. Αποτελείται από πενήντατρείς παραγράφους ή κεφάλαια. Συντάχθηκε από τον Φλάβιο Αρριανό, μαθητή τού φιλοσόφου, και θεωρείται μία από τις σημαντικότερες και ασφαλέστερες πηγές γιά την μελέτη τής ηθικής φιλοσοφίας τής Στοάς.

Μέσα στις σελίδες τού «Εγχειριδίου» γίνεται αμέσως αντιληπτή η θαρραλέα απόπειρα τού Επίκτητου να επιβάλει την φιλοσοφία στην ψυχολογία, να εξηγήσει και να καθοδηγήσει λογικά όλες τις δράσεις και τις εκφάνσεις τού ψυχικού κόσμου, ν' αναλύσει με τον ήρεμο και λογικά σκεπτόμενο νου όλα όσα πολύ αργότερα θα προσπαθούσε να διερευνήσει η επιστημονική ψυχολογική ανάλυση, και να προβάλει την «απάθεια» ως ύψιστη φιλοσοφική αρετή, μιά «απάθεια» που πλησιάζει περισσότερο προς την «ψυχική γαλήνη» ή την «ψυχραιμία» ή την «αταραξία», παρά προς την «παντελή έλλειψη παθών» ή την «αναισθησία» ή την «αδιαφορία».

Η προσεκτική μελέτη τού «Εγχειριδίου» φέρνει τον αναγνώστη αντιμέτωπο με τον ίδιο τον εαυτό του και τον ωθεί ν' αντιμετωπίσει τον ίδιο τον ψυχικό κόσμο του. Σε ορισμένα σημεία τού κειμένου δημιουργείται η υποψία τής «ανάγκης γιά επιστράτευση τής αυθυποβολής», σε άλλα σημεία εμφανίζεται το δίλημμα ανάμεσα στην «ισχυρή πρόσκρουση» με την πραγματικότητα ή στην «αποφασιστική υπέρβασή» της. Αλλού ο λογισμός πείθεται

ότι πάντοτε δύναται να πετά ατάραχος πάνω από τις βιοτικές μέριμνες, ενώ αλλού αμφιβάλλει και προβληματίζεται γιά το αν είναι δυνατόν ν' αποφύγει την συνεχή ανάμνηση τής καθημερινής φθοράς. Η υπόνοια ότι η «κατάχρηση τής λογικής» αμφισβητεί ή απορρίπτει παντελώς την «μελέτη τής ανθρώπινης φύσης» ίσως να μην αποτελεί το «λάθος» τού Επίκτητου. Μάλλον πρόκειται γιά ένα λαμπρό αποκορύφωμα τής φιλοσοφίας του: είναι η πρότασή του γιά την έλλογη δυναμική αντιμετώπιση τής φυσικής συναισθηματικής αδυναμίας τού ευπαθούς ανθρώπου. Εξάλλου, η εποχή του δεν έκρυβε την μεγάλη ανάγκη της γιά «τέτοιες λύσεις».

Σχετικά με το φιλοσοφικό και κοινωνικό περιβάλλον, εντός τού οποίου περατώθηκε η μαθητεία και αναπτύχθηκε η μετέπειτα διδασκαλική δράση τού Επίκτητου, αρκετά διαφωτιστικό είναι το ακόλουθο μικρό απόσπασμα τού Ι. Σ. Χριστοδούλου: «Ο στωικισμός ήταν η περισσότερο εξαπλωμένη και δημοφιλής φιλοσοφική θεωρία στη Ρώμη τού πρώτου αιώνα μ.Χ. Είχε απομοιώσει τα πύο γόνιμα στοιχεία τού κυνισμού, ο οποίος τον προηγούμενο αιώνα άρχιζε να ξαναζωντανεύει. Η γερασμένη ρωμαϊκή αριστοκρατία ενδιαφερόταν γιά τις αρχές τού Ζήνωνα και τού Χρυσίππου: άνθρωποι όπως ο Thraseas Paetus, ο Helvidius Priscus, ο Paconius Agrippinus, ο Cornutus, ο Barea Soranus, ο Σενέκας, καλλιέργησαν έναν αυστηρό στωικισμό, με βάση τον οποίο ήθελαν να διαμορφώσουν ένα κανόνα ζωής».

Η διάδοση τού στωικισμού, όμως, εξακολούθησε να είναι ευρεία σε όλη την διάρκεια των πρώτων χριστιανικών αιώνων. Το

«Εγχειρίδιο» είχε πάντοτε ένα πολυπληθές και καλλιεργημένο, αλλά και ανομοιογενές αναγνωστικό κοινό, και είναι πολλοί οι σύγχρονοι μελετητές που επιτυχώς διέκριναν τις κοινές αντιλήψεις, τις συμφωνίες και τις συνομολογήσεις μεταξύ των διδασκαλιών τού Επίκτητου και εκείνων των πρώτων χριστιανών φιλοσόφων. Αργότερα, κατά την εποχή που ο αυτοκράτορας Ιουστινιανός έκλεινε τις φιλοσοφικές σχολές τής Αθήνας, ο Έλληνας νεοπλατωνικός φιλόσοφος Σιμπλίκιος – ο οποίος δίδασκε εκεί μέχρι το έτος 529 μ.Χ. – ασχολήθηκε με την συγγραφή Υπομνήματος γιά το «Εγχειρίδιο».

Παρά την σατυρική διάθεση, με την οποία ο Λουκιανός αντιμετώπιζε τους στωικούς, και τις σαφείς αντιρρήσεις, τις οποίες είχε ο Πλούταρχος γιά την ποιότητα των διδασκαλιών τους (βλέπε στο Παράρτημα, το κεφάλαιο α'), η λιτότητα η διαύγεια και η καθαρότητα των νοημάτων και των συλλογισμών τού «Εγχειριδίου» είναι σε θέση να μας πείσουν ότι ο Επίκτητος και οι μαθητές του καλλιεργούσαν χρήσιμες, ενάρετες και υψηλόφρονες αρχές, αποβλέποντας στην ψυχική κάθαρση και απελευθέρωση, και αναζητώντας το καλό τού ατόμου ως κομμάτι τού πανανθρώπινου καλού.

### Η παρούσα έκδοση

Η νεοελληνική μετάφραση τής παρούσας έκδοσης βασίστηκε στο στερεότυπο αρχαιοελληνικό κείμενο τού W. A. Oldfather (Εκδ.: The Loeb Classical Library, 1928) και επιχείρησε να δια-

σώσει την συντακτική λιτότητα, την νοηματική διαύγεια και την ενδιαφέρουσα ορολογία τής επικτητικής φιλοσοφίας. Ακολουθεί ένας σύντομος κατάλογος των όρων που διατηρήθηκαν αμετάφραστοι στο νεοελληνικό κείμενο, ακριβώς γιατί αποτελούν ιδιαίτερα γλωσσικά κοσμήματα τής φιλοσοφικής διδασκαλίας και τού νοηματικού περιβάλλοντος τού «Εγχειριδίου».

ΑΡΧΑΙΟ ΚΕΙΜΕΝΟ – ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

### Ορολογία

1. Αβέλτερος :ο μη επιδεχόμενος βελτίωση, ο αβελτίωτος
2. Αιδήμων :ο αισχυνηλός, ο συνεσταλμένος, ο σεμνός
3. Ακώλυτος :το αντίθετο τού «κωλυτός» (βλέπε λέξη)
4. Ασύνακτος :το αντίθετο τού «συνακτικός» (βλέπε λέξη)
5. Αφυΐα :η έλλειψη ευφυΐας
6. Διατρίβω :αφιερώνω χρόνο μελετώντας επισταμένως
7. Εγκαλώ :κατηγορώ, θεωρώ υπαίτιο
8. Εκκλίνομαι :αποστρέφομαι, αποφεύγω
9. Έκκλιση :η αποστροφή, η αποφυγή
10. Ευρώω :έχω καλή ροή ή καλή πορεία στον βίο μου
11. Θρίδακας :ο θρίδαξ, το μαρούλι
12. Κωλυτός :αυτός που δύναται να εμποδιστεί
13. Ορέγομαι :ποθώ ορμητικά, επιθυμώ έντονα
14. Όρεξη :έντονος πόθος ή κλίση ή ορμή ή επιθυμία
15. Περιπίπτω :καταλήγω, καταντώ
16. Συμβεβηκός :το παρεπόμενο, αυτό που έχει συμβεί
17. Συνακτικός :ο συναφής, ο συναρτημένος, ο ευάρμοστος
18. Συνεπιστενάζω :στενάζω μαζί με άλλον γιά κάποια ατυχία
19. Υπορρέω :διολισθαίνω αργά, σταθερά και ανεπαίσθητα

# ΕΠΙΚΤΗΤΟΣ

## « Ε γ χ ε ι ρ ί δ ι ο ν »

### Chapter 1 Section 1

2

3

Τῶν ὄντων τὰ μὲν ἐστὶν ἐφ' ἡμῖν, τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῖν. ἐφ' ἡμῖν μὲν ὑπόληψις, ὁρμή, ὄρεξις, ἔκκλι-  
σις καὶ ἐνὶ λόγῳ ὅσα ἡμέτερα ἔργα· οὐκ ἐφ' ἡμῖν  
δὲ τὸ σῶμα, ἡ κτήσις, δόξαι, ἀρχαὶ καὶ ἐνὶ λόγῳ  
ὅσα οὐκ ἡμέτερα ἔργα. καὶ τὰ μὲν ἐφ' ἡμῖν ἐστι  
φύσει ἐλεύθερα, ἀκώλυτα, ἀπαράποδιστα, τὰ δὲ  
οὐκ ἐφ' ἡμῖν ἀσθενῆ, δοῦλα, κωλυτά, ἀλλότρια.  
μέμνησο οὖν, ὅτι, ἐὰν τὰ φύσει δοῦλα ἐλεύθερα  
οἰηθῇς καὶ τὰ ἀλλότρια ἴδια, ἐμποδισθῇς, πεν-  
θήσεις, ταραχθῇς, μέμψῃ καὶ θεοὺς καὶ ἀνθρώ-  
πους, ἐὰν δὲ τὸ σὸν μόνον οἰηθῇς σὸν εἶναι, τὸ  
δὲ ἀλλότριον, ὥσπερ ἐστίν, ἀλλότριον, οὐδεὶς σε  
ἀναγκάσει οὐδέποτε, οὐδεὶς σε κωλύσει, οὐ μέμ-  
ψῃ οὐδένα, οὐκ ἐγκαλέσεις τινί, ἄκων πράξεις

α'

Από τα υπάρχοντα, άλλα εξαρτώνται από εμάς και άλλα δεν ε-  
ξαρτώνται από εμάς. Από εμάς εξαρτάται η αντίληψη, η ορμή, η  
ὄρεξη, η ἐκκλιση και – μ' ἓναν λόγο – ὅσα εἶναι ἔργα δικά μας.  
Από εμάς δεν εξαρτάται το σῶμα, τ' ἀποκτήματα, οἱ δοξασίες,  
τ' ἀξιώματα και – μ' ἓναν λόγο – ὅσα δεν εἶναι ἔργα δικά μας.  
Ὅσα εξαρτώνται από εμάς εἶναι φύσει ἐλεύθερα, ἀκώλυτα, ἀνε-  
μώδιστα, ἐνῶ ὅσα δεν εξαρτώνται από εμάς εἶναι ἀσθενή, υπο-  
δουλωμένα, κωλυτά, ἀλλότρια. Να θυμάσαι, λοιπόν, ὅτι εἰάν  
θεωρήσεις ὡς ἐλεύθερα τα φύσει υποδουλωμένα, και ὡς δικά  
σου τ' ἀλλότρια, θα ἐμποδιστεῖς, θα πενήσεις, θα ταραχτεῖς, θα  
μεμφθεῖς και Θεοὺς και ἀνθρώπους, ἐνῶ εἰάν θεωρήσεις ὅτι μό-  
νον το δικό σου εἶναι δικό σου, και το ἀλλότριον ὅπως ἀκριβῶς  
εἶναι, ἀλλότριον, κανεῖς οὐδέποτε θα σε ἀναγκάσει, κανεῖς δεν θα  
σε κωλύσει, δεν θα μεμφθεῖς κανέναν, οὔτε θα ἐγκαλέσεις κά-

- 4 οὐδὲ ἓν, οὐδεὶς σε βλάψει, ἐχθρὸν οὐχ ἔξεις, οὐδὲ γὰρ βλαβερόν τι πείσῃ. τηλικούτων οὖν ἐφιέμενος μέμνησο, ὅτι οὐ δεῖ μετρίως κεκινημένον ἄπτεσθαι αὐτῶν, ἀλλὰ τὰ μὲν ἀφιέναι παντελῶς, τὰ δ' ὑπερτίθεσθαι πρὸς τὸ παρόν. ἔαν δὲ καὶ ταῦτ' ἐθέλῃς καὶ ἄρχῃς καὶ πλουτεῖν, τυχὸν μὲν οὐδ' αὐτῶν τούτων τεύξῃ διὰ τὸ καὶ τῶν προτέρων ἐφίεσθαι, πάντως γε μὴν ἐκείνων ἀποτεύξῃ, δι' ὧν μόνων ἐλευθερία καὶ εὐδαιμονία περιγίνε-  
5 ται. εὐθύς οὖν πάσῃ φαντασίᾳ τραχεῖα μελέτα ἐπιλέγειν ὅτι «φαντασία εἶ καὶ οὐ πάντως τὸ φαινόμενον». ἔπειτα ἐξέταζε αὐτὴν καὶ δοκίμαζε τοῖς κανόσι τούτοις οἷς ἔχεις, πρῶτῳ δὲ τούτῳ καὶ μάλιστα, πότερον περὶ τὰ ἐφ' ἡμῖν ἐστὶν ἢ περὶ τὰ οὐκ ἐφ' ἡμῖν κἂν περὶ τι τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν ἢ, πρόχειρον ἔστω τὸ διότι «οὐδὲν πρὸς ἐμέ»  
2 Μέμνησο, ὅτι ὀρέξεως ἐπαγγελία ἐπιτυχία, οὗ ὀρέγῃ, ἐκκλίσεως ἐπαγγελία τὸ μὴ περιπεσεῖν ἐκείνῳ, ὃ ἐκκλίνεται, καὶ ὃ μὲν <ἐν> ὀρέξει ἀπο-  
1 τυγχάνων ἀτυχῆς, ὃ δὲ <ἐν> ἐκκλίσει περιπίπτων δυστυχῆς. ἂν μὲν οὖν μόνᾳ ἐκκλίνῃς τὰ παρὰ φύσιν τῶν ἐπὶ σοί, οὐδενί, ὧν ἐκκλίνεις, περιπεσεῖ νόσον δ' ἂν ἐκκλίνῃς ἢ θάνατον ἢ πενίαν, δυστυ-  
2 χήσεις. ἄρῃ οὖν τὴν ἐκκλίσιν ἀπὸ πάντων τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν καὶ μετάθεσ ἐπὶ τὰ παρὰ φύσιν τῶν

ποιον, τίποτε δεν θα πράξεις ακούσια, δεν θα ἔχεις εχθρό, και κανείς δεν θα σε βλάψει, επειδή τίποτε βλαβερό δεν θα πάθεις. Έχοντας, λοιπόν, έφεση προς τέτοιου είδους πράγματα, να θυμάσαι ότι δεν πρέπει να καταπιάνεσαι μετριοπαθώς μ' αυτά, αλλά κάποια παντελώς να τ' αφήνεις, και κάποια προς το παρόν να τ' αναβάλλεις. Αν, όμως, και τούτα θέλεις, και τ' αξιώματα και τον πλούτο, ίσως τύχει να μην αποκτήσεις τα τελευταία, επειδή έδειξες έφεση για τα πρώτα, και οπωσδήποτε δεν θ' αποκτήσεις εκείνα, με τα οποία μόνον αποκτάται η ελευθερία και η ευδαιμονία. Ευθύς, λοιπόν, εξασκήσου ώστε στο τέλος κάθε σκληρής φαντασίας<sup>1</sup> να λες ότι «είναι φαντασία και οπωσδήποτε δεν είναι αυτό που φαίνεται». Έπειτα εξέτασέ την και δοκίμασέ την μέσω των κανόνων που έχεις, με πρώτο και καλύτερο αυτόν: πρόκειται για κάτι που εξαρτάται ή που δεν εξαρτάται από εμάς; Αν, τότε, πρόκειται για κάτι που δεν εξαρτάται από εμάς, έχε πρόχειρη την φράση «δεν εξαρτάται από εμένα».

## β'

Να θυμάσαι ότι υπόσχεση τής όρεξης είναι η επιτυχία αυτού που ορέγεσαι, ενώ υπόσχεση τής έκκλισης είναι το να μην περιπέσεις σ' εκείνο από το οποίο εκκλίνεις. Όποιος αποτύχει απέναντι στην όρεξη, είναι ατυχής, ενώ όποιος περιπέσει στην έκκλιση, είναι δυστυχής. Αν, λοιπόν, σε όσα εξαρτώνται από εσένα, εκκλίνεις μόνον απ' όσα είναι παρά φύση, δεν θα περιπέσεις σε κανένα απ' όσα εκκλίνεις. Αν, όμως, εκκλίνεις από την νόσο ή τον θάνατο ή την πενία, θα δυστυχήσεις. Άρε, λοιπόν, την έκκλιση απ' όλα όσα δεν εξαρτώνται από εμάς, και μετάθεσέ την

ἐφ' ἡμῖν. τὴν ὀρεξιν δὲ παντελῶς ἐπὶ τοῦ παρόντος ἀνελέ' ἂν τε γὰρ ὀρέγη τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν τινος, ἀτυχεῖν ἀνάγκη τῶν τε ἐφ' ἡμῖν, ὅσων ὀρέγεσθαι καλὸν ἂν, οὐδὲν οὐδέπω σοι πάρεστι. μόνω δὲ τῷ ὀρμᾶν καὶ ἀφορμᾶν χρῶ, κούφως μέντοι καὶ μεθ' ὑπεξαιρέσεως καὶ ἀνειμένως.

3

I

Ἐφ' ἐκάστου τῶν ψυχαγωγούντων ἢ χρεῖαν παρεχόντων ἢ στεργομένων μέμνησο ἐπιλέγειν, ὅποιόν ἐστιν, ἀπὸ τῶν σμικροτάτων ἀρξάμενος' ἂν χύτραν στέργης, ὅτι «χύτραν στέργω». καταγείσης γὰρ αὐτῆς οὐ ταραχθήσῃ ἂν παιδίον σαυτοῦ καταφιλήῃς ἢ γυναῖκα, ὅτι ἄνθρωπον καταφιλεῖς' ἀποθανόντος γὰρ οὐ ταραχθήσῃ.

4

I

Ὅταν ἄπτεσθαί τινος ἔργου μέλλῃς, ὑπομίμνησκε σεαυτόν, ὅποιόν ἐστι τὸ ἔργον. ἐὰν λουσόμενος ἀπίης, πρόβαλλε σεαυτῷ τὰ γινόμενα ἐν βαλανείῳ, τοὺς ἀπορραίνοντας, τοὺς ἐγκρουόμενους, τοὺς λοιδοροῦντας, τοὺς κλέπτοντας. καὶ οὕτως ἀσφαλέστερον ἄψῃ τοῦ ἔργου, ἐὰν ἐπιλέγῃς εὐθὺς ὅτι «λούσασθαι θέλω καὶ τὴν ἑμαυτοῦ προαίρεσιν κατὰ φύσιν ἔχουσαν τηρῆσαι». καὶ ὡσαύτως ἐφ' ἐκάστου ἔργου. οὕτω γὰρ ἂν τι πρὸς τὸ λούσασθαι γένηται ἐμποδῶν, πρόχειρον ἔσται διότι «ἀλλ' οὐ τοῦτο ἠθέλον μόνον, ἀλλὰ καὶ τὴν ἑμαυτοῦ προαίρεσιν κατὰ φύσιν ἔχουσαν τηρῆσαι' οὐ τηρήσω δέ, ἐὰν ἀγανακτῶ πρὸς

σε ὅσα εἶναι παρά φύσιν καὶ εξαρτῶνται ἀπὸ ἐμᾶς. Ἐπὶ τοῦ παρόντος, ὅμως, παντελῶς ἀκύρωσε τὴν ὀρεξιν γιὰτί, ἀν ὀρέγεσαι κάτι που δὲν εξαρτάται ἀπὸ ἐμᾶς, κατ' ἀνάγκη θ' ἀποτύχεις, ἐνὼ ἀν ὀρέγεσαι κάτι που εξαρτάται ἀπὸ ἐμᾶς – ὅσα, βέβαια, θὰ ἦταν καλὸ νὰ ὀρέγεσαι – τίποτε δὲν θὰ σοι διατεθεῖ ποτέ. Νὰ χρησιμοποιοεῖς, λοιπόν, μόνον τὴν ἐπιλογή καὶ τὴν ἀπόρριψη, μετ' ἡπιότητα, μ' ἐπιφύλαξη καὶ μετ' ἡρεμία.

Υ'

Γιὰ καθετί που σε ψυχαγωγεῖ ἢ σοι εἶναι χρήσιμο ἢ τὸ ἀγαπᾶς, νὰ θυμάσαι ν' ἀναλογίζεσαι τι ἀκριβῶς εἶναι, ἀρχίζοντας ἀπὸ τὰ μικρότερα. Ἀν ἀγαπᾶς μία χύτρα, ἀναλογίσου: «μία χύτρα ἀγαπῶ». Ἀν αὐτὴ σπάσει, δὲν θὰ ταραχθεῖς. Ἀν καταφιλήσῃς τὸ παιδί ἢ τὴν γυναῖκα σου, ἀναλογίσου ὅτι καταφιλήσῃς ἕνα ἄνθρωπο. Ἀν αὐτὸς πεθάνει, δὲν θὰ ταραχθεῖς.

Δ'

Ὅταν πρόκειται νὰ καταπιαστεῖς μετὰ κάποιο ἔργο, υπενθύμιζε στον εαυτὸ σου τι ἀκριβῶς εἶναι τὸ ἔργο. Ἀν πηγαίνεις γιὰ νὰ λουστῇς, φέρε στον νοῦ σου ὅσα γίνονται στο βαλανεῖο: αὐτοὺς που καταβρέχουν, αὐτοὺς που σπρώχνουν, αὐτοὺς που λοιδοροῦν, αὐτοὺς που κλέβουν. Ἔτσι, ἀσφαλέστερα θὰ καταπιαστεῖς μετὰ τὸ ἔργο, εἰάν εὐθὺς ἀναλογιστεῖς: «θέλω νὰ λουστῶ καὶ νὰ τηρήσω τὴν κατὰ φύσιν προαίρεση τοῦ ἐαυτοῦ μου». Τὸ ἴδιο καὶ μετὰ ἕτερο ἔργο σου. Ἔτσι, λοιπόν, ἀν κάτι γίνῃ ἐμπόδιο στο λούσιμό σου, ἔχε πρόχειρο τὸ ἐξής: «δὲν ἠθέλα μόνον νὰ λουστῶ, ἀλλὰ καὶ νὰ τηρήσω τὴν κατὰ φύσιν προαίρεση τοῦ ἐαυτοῦ μου,

- 5 τὰ γινόμενα.»  
 I Ταρασσει τοὺς ἀνθρώπους οὐ τὰ πράγματα, ἀλλὰ τὰ περὶ τῶν πραγμάτων δόγματα· οἷον ὁ θάνατος οὐδὲν δεινόν (ἐπεὶ καὶ Σωκράτει ἂν ἐφαίνετο), ἀλλὰ τὸ δόγμα τὸ περὶ τοῦ θανάτου, διότι δεινόν, ἐκεῖνο τὸ δεινόν ἐστίν. ὅταν οὖν ἐμποδίζώμεθα ἢ ταρασσώμεθα ἢ λυπώμεθα, μηδέποτε ἄλλον αἰτιώμεθα, ἀλλ' ἐαυτούς, τοῦτ' ἐστὶ τὰ ἐαυτῶν δόγματα. ἀπαιδεύτου ἔργον τὸ ἄλλοις ἐγκαλεῖν, ἐφ' οἷς αὐτὸς πράσσει κακῶς· ἡργμένου παιδεύεσθαι τὸ ἐαυτῷ πεπαιδευμένου τὸ μήτε ἄλλω μήτε ἐαυτῷ.  
 6 I Ἐπὶ μηδενὶ ἐπαρθῆς ἀλλοτρίῳ προτερήματι. εἰ ὁ ἵππος ἐπαιρόμενος ἔλεγεν ὅτι «καλὸς εἰμι», οἷστον ἂν ἦν· σὺ δέ, ὅταν λέγῃς ἐπαιρόμενος ὅτι «ἵππον καλὸν ἔχω», ἴσθι, ὅτι ἐπὶ ἵππου ἀγαθῷ ἐπαίρη. τί οὖν ἐστὶ σόν; χρήσις φαντασιῶν. ὥσθ', ὅταν ἐν χρήσει φαντασιῶν κατὰ φύσιν σχῆς, τηνικαῦτα ἐπάρθητι· τότε γὰρ ἐπὶ σῷ τινι ἀγαθῷ ἐπαρθήσῃ.  
 7 I Καθάπερ ἐν πλῷ τοῦ πλοίου καθορμισθέντος εἰ ἐξέλθοις ὑθρεύσασθαι, ὁδοῦ μὲν ἀρρεργον καὶ

την οποία δεν θα τηρήσω, εἰάν ἀγανακτῶ με ὅσα γίνονται».

ε'

Τους ἀνθρώπους ταραίζουν ὅχι τα πράγματα, ἀλλὰ οἱ δοξασίες τους γιὰ τα πράγματα. Δηλαδή: ὁ θάνατος δεν εἶναι δεινοπάθημα, γιατί και στον Σωκράτη<sup>2</sup> ἐτσι θα φαινόταν, ἀλλὰ εἶναι δεινοπάθημα ἐκεῖνη ἡ δοξασία, ἡ οποία θεωρεῖ τον θάνατο ως δεινοπάθημα. Ὅταν, λοιπόν, ἐμποδιζόμαστε ἢ ταραζόμαστε ἢ λυπόμαστε, κανέναν ἄλλον να μην θεωρούμε ως υπαίτιο, παρά τους εαυτούς μας, δηλαδή τις δοξασίες μας. Εἶναι ἔργο ἀπαιδεύτου να ἐγκαλεῖ ἄλλους γιὰ ὅσα κακῶς πράττει ὁ ἴδιος. Ἔργο ἐκείνου, που ἀρχισε να ἐκπαιδεύεται, εἶναι να ἐγκαλεῖ τον εαυτό του. Ἔργο τοῦ ἐκπαιδευμένου εἶναι να μην ἐγκαλεῖ οὔτε ἄλλον οὔτε τον εαυτό του.

στ'

Γιὰ κανένα ἀλλότριο προτέρημα να μην ἐπαρθεῖς. Εἰάν ὁ ἵππος ἐπαιρόμενος ἔλεγε «εἰμαι ὁμορφος», θα ἦταν κάτι ἀνεκτό. Εσύ, ὁμως, ὅταν λες ἐπαιρόμενος «ἔχω ὁμορφο ἵππο», γνώριζε ὅτι ἐπαίρεσαι γιὰ την καλὴ ιδιότητα τοῦ ἵππου. Τί εἶναι δικό σου; Ἡ χρῆσις των φαντασιῶν. Ὡστε, ὅταν κατὰ φύσιν χρησιμοποιεῖς τις φαντασίες, μόνον τότε να ἐπαίρεσαι. Τότε θα ἐπαρθεῖς γιὰ κάποια δική σου καλὴ ιδιότητα.

ζ'

Ὅπως ἀκριβῶς σ' ἓνα ταξίδι – ὅταν το πλοῖο καθορμισθεῖ, ἀν βγεις γιὰ να βρεις νερό, μπορεῖ καθ' ὁδόν να συλλέξεις και κά-

κοχλίδιον ἀναλέξῃ καὶ βολβάριον, τετάσθαι δὲ δεῖ τὴν διάνοιαν ἐπὶ τὸ πλοῖον καὶ συνεχῶς ἐπιστρέφεσθαι, μὴ ποτε ὁ κυβερνήτης καλέσῃ, κἂν καλέσῃ, πάντα ἐκεῖνα ἀφιέναι, ἵνα μὴ δεδεμένος ἐμβληθῇς ὡς τὰ πρόβατα· οὕτω καὶ ἐν τῷ βίῳ, ἐὰν διδῶται ἀντὶ βολβαρίου καὶ κοχλιδίου γυναικάριον καὶ παιδίον, οὐδὲν κωλύσει· ἐὰν δὲ ὁ κυβερνήτης καλέσῃ, τρέχε ἐπὶ τὸ πλοῖον ἀφίεις ἐκεῖνα ἅπαντα μὴδὲ ἐπιστρεφόμενος. ἐὰν δὲ γέ-  
 8 ρων ᾖς, μὴδὲ ἀπαλλαγῇς ποτε τοῦ πλοίου μα-  
 1 κράν, μὴ ποτε καλοῦντος ἐλλίπῃς. Μὴ ζητεῖ τὰ γινόμενα γίνεσθαι ὡς θέλεις, ἀλλὰ θέλε τὰ γινόμενα ὡς γίνεται καὶ εὐροήσεις.

9  
 1 Νόσος σώματός ἐστιν ἐμπόδιον, προαιρέσεως δὲ οὐ, ἐὰν μὴ αὐτὴ θέλῃ. χῶλανσις σκέλους ἐστὶν ἐμπόδιον, προαιρέσεως δὲ οὐ. καὶ τοῦτο ἐφ' ἐκά-  
 10 στοῦ τῶν ἐμπιπτόντων ἐπίλεγε· εὐρήσεις γὰρ αὐ-  
 1 τὸ ἄλλου τινὸς ἐμπόδιον, σὸν δὲ οὐ.

10  
 1 Ἐφ' ἐκάστου τῶν προσπιπτόντων μέμνησο ἐπιστρέφων ἐπὶ σεαυτὸν ζητεῖν, τίνα δύναμιν ἔχεις πρὸς τὴν χρῆσιν αὐτοῦ. ἐὰν καλὸν ἴδῃς ἢ καλὴν, εὐρήσεις δύναμιν πρὸς ταῦτα ἐγκράτειαν· ἐὰν

ποιο κοχυλάκι ἢ κάποια ριζούλα, πρέπει ὁμως να ἔχεις τεταμένη τὴν προσοχή σου πρὸς τὸ πλοῖο καὶ συνεχῶς να στρέφεις πρὸς αὐτό, μήπως σε κάποια στιγμή ὁ κυβερνήτης σε καλέσει, καὶ ἀν σε καλέσει, να τ' ἀφήσεις ὅλα ἐκεῖνα, γιὰ να μὴν σε πάνε μέσα δεμένο σαν τα πρόβατα – ἔτσι καὶ στὸν βίο σου, εἴαν σου δοθεῖ γυναικούλα καὶ δούλος ἀντὶ γιὰ ριζούλα καὶ κοχυλάκι, τίποτε δὲν θα σε κωλύσει. Εἴαν σε καλέσει ὁ κυβερνήτης, τρέξε πρὸς τὸ πλοῖο ἀφήνοντας ὅλα ἐκεῖνα καὶ μὴ ἐπιστρέφοντας πίσω. Εἴαν εἴσαι γέροντας, μὴν φύγεις ποτέ μακριὰ ἀπὸ τὸ πλοῖο, μήπως σε καλέσουν καὶ λείπεις.

η'

Μὴν ζητάς τα γινόμενα να γίνονται ὅπως θέλεις, ἀλλὰ να θέλεις τα γινόμενα ὅπως γίνονται, καὶ θα εὐροήσεις.

θ'

Ὁ νόσος εἶναι ἐμπόδιο τοῦ σώματος, ἀλλὰ ὄχι τῆς προαίρεσης, ἀν ἡ προαίρεση δὲν το θέλει. Ἡ χολότητα εἶναι ἐμπόδιο τοῦ σκέλους, ἀλλὰ ὄχι τῆς προαίρεσης. Αὐτό λέγε γιὰ καθετί που σου συμβαίνει, ἐπειδὴ θα το βρεῖς ἐμπόδιο ἄλλου πράγματος, ἀλλὰ ὄχι δικό σου.

ι'

Γιὰ καθετί που σου συμβαίνει, θυμήσου να στρέφῃς πρὸς τὸν εαυτό σου καὶ ν' ἀναζητάς ποιά δύναμη ἔχεις γιὰ να το χρησιμοποιοῦν. Ἀν δεις κάποιον ὁμορφο ἢ κάποια ὁμορφη, θα βρεῖς τὴν ἐγκράτεια ὡς δύναμη ἀπέναντί τους. Ἀν υποφέρεις

πόνος προσφέρηται, εὐρήσεις καρτερίαν ἂν λοιδορία, εὐρήσεις ἀνεξικακίαν. καὶ οὕτως ἐθιζόμενόν σε οὐ συναρπάσουσιν αἱ φαντασίαι.

II

I

Μηδέποτε ἐπὶ μηδενὸς εἶπης ὅτι «ἀπώλεσα αὐτό», ἀλλ' ὅτι «ἀπέδωκα». τὸ παιδίον ἀπέθανεν; ἀπεδόθη. ἡ γυνὴ ἀπέθανεν; ἀπεδόθη. «τὸ χωρίον ἀφηρεῖται.» οὐκοῦν καὶ τοῦτο ἀπεδόθη. «ἀλλὰ κακὸς ὁ ἀφελόμενος.» τί δὲ σοὶ μέλει, διὰ τίνος σε ὁ δοὺς ἀπήτησε; μέχρι δ' ἂν διδῶ, ὥς ἀλλοτρίον αὐτοῦ ἐπιμελοῦ, ὥς τοῦ πανδοχείου οἱ παρισίντες.

II

I

Εἰ προκόψαι θέλεις, ἄφες τοὺς τοιούτους ἐπιλογισμούς. «ἐὰν ἀμελήσω τῶν ἐμῶν, οὐχ ἔξω διατροφάς· ἐὰν μὴ κολάσω τὸν παῖδα, πονηρὸς ἔσται.» κρεῖσσον γὰρ λιμῶ ἀποθανεῖν ἄλυπον καὶ ἄφοβον γενόμενον ἢ ζῆν ἐν ἀφθόνοις ταρασσόμενον. κρεῖττον δὲ τὸν παῖδα κακὸν εἶναι ἢ σὲ κακοδαίμονα. ἄρξαι τοιγαροῦν ἀπὸ τῶν σμικρῶν. ἐκχεῖται τὸ ἐλάδιον, κλέπτεται τὸ οἶνάριον· ἐπίλεγε ὅτι «τοσοῦτον πωλεῖται ἀπάθεια, τοσοῦτον ἀταραξία»· προϊκα δὲ οὐδὲν περιγίνεται. ὅταν δὲ καλῆς τὸν παῖδα, ἐνθυμοῦ, ὅτι δύναται μὴ ὑπακοῦσαι καὶ ὑπακούσας μηδὲν ποιῆσαι ὧν θέλεις· ἀλλ' οὐχ οὕτως ἐστὶν αὐτῷ καλῶς, ἵνα ἐπ' ἐκείνῳ ἢ τὸ σὲ μὴ ταραχθῆναι.

2

πόνου, θα βρεις την καρτερία. Αν σε λοιδοροῦν, θα βρεις την ἀνεξικακία. Ὅταν ἐτσι εθιστεῖς, δὲν θα σε συναρπάξουν οἱ φαντασιώσεις.

ια'

Ποτέ και γιά τίποτε να μην πεις ὅτι «αὐτὸ τὸ ἔχασα», ἀλλὰ ὅτι «αὐτὸ τὸ ἀπέδωσα». Πέθανε τὸ παιδί; Αποδόθηκε. Πέθανε ἡ γυναίκα; Αποδόθηκε. «Μου ἀφαιρέθηκε τὸ χωράφι». Καὶ τοῦτο, λοιπόν, ἀποδόθηκε. «Αὐτός, ὅμως, πὺν μου τὸ ἀφαίρεσε, εἶναι κακός». Τι σε μέλει, λοιπόν, μέσω ποιου ἀνθρώπου σου τὸ ἀπαίτησε ἐκεῖνος πὺν σου τὸ εἶχε δώσει; Ὅσο σου τὸ δίνει, να τὸ ἐπιμελεῖσαι ὡς ἀλλότριο, ὅπως οἱ περαστικοὶ τὸ πανδοχεῖο.

ιβ'

Εάν θέλεις να προκόψεις, ἀφησε τοὺς συλλογισμοὺς αὐτοῦ τοῦ εἶδους: «ἐὰν ἀμελήσω τις υποθέσεις μου, δὲν θα ἔχω τρόφιμα», «ἐὰν δὲν τιμωρήσω τὸν δούλο μου, θα γίνεἰ πονηρός». Εἶναι καλύτερα να πεθάνεις ἀπὸ λιμό, ἔχοντας γίνεἰ ἄλυπος καὶ ἄφοβος, παρά να ζεις στην ἀφθονία, ὄντας ταραγμένος. Καλύτερα να εἶναι κακός ὁ δούλος σου, παρά ἐσύ κακοδαίμονας. Ἀρχισε, λοιπόν, ἀπὸ τα μικρά. Χύνεται τὸ λαδάκι, κλέβεται τὸ κρασάκι. Λέγε, λοιπόν, ὅτι «τόσο πωλεῖται ἡ ἀπάθεια, τόσο ἡ ἀταραξία». Χαριστικά τίποτε δὲν παίρνεις. Ὅταν καλεῖς τὸν δούλο σου, να θυμάσαι ὅτι δύναται να μην ὑπακούσει καὶ – ἐὰν ὑπακούσει – να μην κάνει τίποτε ἀπ' ὅσα θέλεις. Δὲν εἶναι, ὅμως, καὶ τόσο σπουδαία ἡ ὑπόστασή του, ὥστε ἀπ' αὐτόν να εξαρτάται ἡ ἀταραξία σου.

13

I

Εἰ προκόψαι θέλεις, ὑπόμεινον ἔνεκα τῶν ἐκτὸς ἀνόητος δόξας καὶ ἡλίθιος, μηδὲν βούλου δοκεῖν ἐπίστασθαι· κἂν δόξης τις εἶναι τισιν, ἀπίσται σεαυτῷ. ἴσθι γὰρ ὅτι οὐ ῥάδιον τὴν προαίρεσιν τὴν σεαυτοῦ κατὰ φύσιν ἔχουσιν φυλάξαι καὶ τὰ ἐκτός, ἀλλὰ τοῦ ἐτέρου ἐπιμελούμενον τοῦ ἐτέρου ἀμελῆσαι πᾶσα ἀνάγκη.

14

I

Ἐὰν θέλῃς τὰ τέκνα σου καὶ τὴν γυναῖκα καὶ τοὺς φίλους σου πάντοτε ζῆν, ἡλίθιος εἶ· τὰ γὰρ μὴ ἐπὶ σοὶ θέλεις ἐπὶ σοὶ εἶναι καὶ τὰ ἀλλότρια σὰ εἶναι. οὕτω κἂν τὸν παῖδα θέλῃς μὴ ἀμαρτάνειν, μωρὸς εἶ· θέλεις γὰρ τὴν κακίαν μὴ εἶναι κακίαν, ἀλλ' ἄλλο τι. ἔὰν δὲ θέλῃς ὀρεγόμενος μὴ ἀποτυγχάνειν, τοῦτο δύνασαι. τοῦτο οὖν ἄσκει,

2

ὃ δύνασαι. κύριος ἐκάστου ἐστὶν ὁ τῶν ὑπ' ἐκείνου θελομένων ἢ μὴ θελομένων ἔχων τὴν ἐξουσίαν εἰς τὸ περιποιῆσαι ἢ ἀφελέσθαι. ὅστις οὖν ἐλεύθερος εἶναι βούλεται, μήτε θελέτω τι μήτε φευγέτω τι τῶν ἐπ' ἄλλοις· εἰ δὲ μή, δουλεύειν ἀνάγκη. Μέμνησο, ὅτι ὡς ἐν συμποσίῳ σε δεῖ ἀναστρέφεσθαι. περιφερόμενον γέγονέ τι κατὰ σέ· ἐ-

15

I

17'

Ἐὰν θέλεις να προκόψεις, ὑπόμεινε – εξαιτίας των εξωτερικῶν πραγμάτων – το να φαίνεσαι ἀνόητος καὶ ἡλίθιος, χωρίς να θέλεις να φαίνεσαι ὅτι κάτι γνωρίζεις καλά. Καὶ αν σε κάποιους φανείς ὅτι εἶσαι κάποιος, να δυσπιστεῖς στον εαυτό σου. Γνώριζε, λοιπόν, ὅτι δεν εἶναι εὐκόλο να διαφυλάξεις σύμφωνη με τὴν φύση τὴν προαίρεση τοῦ εαυτοῦ σου, καὶ συνάμα τα εξωτερικά πράγματα, ἀλλὰ κατ' ἀπόλυτη ἀνάγκη θ' ἀμελήσεις το ἓνα, ὅταν ἐπιμεληθεῖς το ἄλλο.

18'

Ἐὰν θέλεις να ζήσουν παντοτινά τα τέκνα, ἡ γυναῖκα καὶ οἱ φίλοι σου, εἶσαι ἡλίθιος, ἐπεὶδὴ θέλεις να εξαρτῶνται ἀπὸ ἐσένα ὅσα δεν εξαρτῶνται, καὶ να εἶναι δικά σου τα ἀλλότρια. Ἐτσι, καὶ αν θέλεις να μην ἀμαρτάνει ὁ δούλος σου, εἶσαι μωρὸς, ἐπεὶδὴ θέλεις να μην εἶναι κακία ἡ κακία, ἀλλὰ κάτι ἄλλο. Ἐάν, ὁμως, θέλεις να μην ἀποτυγχάνεις ὅταν ὀρέγεσαι, δύνασαι να το κάνεις. Αυτό, λοιπόν, ἄσκησε, το ὁποῖο δύνασαι. Κύριος τοῦ καθενός εἶναι ὁποῖος ἔχει τὴν ἐξουσία να του παρέχει ἢ να του ἀφαιρεῖ αὐτά που ὁ καθένας θέλει ἢ δεν θέλει. Ὅποιος, λοιπόν, ἐπιθυμεῖ να εἶναι ἐλεύθερος, οὔτε να θέλει κάτι οὔτε ν' ἀποφεύγει κάτι ἀπ' ὅσα εξαρτῶνται ἀπ' τοὺς ἄλλους. Εἰδεμή, κατ' ἀνάγκη θα εἶναι δούλος.

19'

Να θυμάσαι ὅτι πρέπει να συμπεριφέρεσαι ὅπως σε συμπόσιο. Κάτι που περιφέρεται, ἔφτασε καὶ σ' ἐσένα. Ἀπῶσε το χέρι

κτείνας τὴν χεῖρα κοσμίως μετάλαβε. παρέρχεται μὴ κάτεχε. οὕτω ἦκει μὴ ἐπίβαλλε πόρρω τὴν ὄρεξιν, ἀλλὰ περιέμενε, μέχρις ἂν γένηται κατὰ σέ. οὕτω πρὸς τέκνα, οὕτω πρὸς γυναῖκα, οὕτω πρὸς ἀρχάς, οὕτω πρὸς πλοῦτον καὶ ἔση ποτὲ ἄξιος τῶν θεῶν συμπότης. ἂν δὲ καὶ παρατεθέντων σοι μὴ λάβης, ἀλλ' ὑπερίδης, τότε οὐ μόνον συμπότης τῶν θεῶν ἔση, ἀλλὰ καὶ συνάρχων. οὕτω γὰρ ποιῶν Διογένης καὶ Ἡράκλειτος καὶ οἱ ὅμοιοι ἀξίως θεοῖ τε ἦσαν καὶ ἐλέγοντο.

16

I

Ὅταν κλαίοντα ἴδῃς τινὰ ἐν πένθει ἢ ἀποδημοῦντος τέκνου ἢ ἀπολωλεκότα τὰ ἑαυτοῦ, πρόσεχε μὴ σε ἢ φαντασία συναρπάσῃ ὥς ἐν κακοῖς ὄντος αὐτοῦ τοῖς ἑκτός, ἀλλ' εὐθύς ἔστω πρόχειρον ὅτι «τοῦτον θλίβει οὐ τὸ συμβεβηκός (ἄλλον γὰρ οὐ θλίβει), ἀλλὰ τὸ δόγμα τὸ περὶ τούτου». μέχρι μέντοι λόγου μὴ ὀκνεῖ συμπεριφέρεσθαι αὐτῷ, κἂν οὕτω τύχη, καὶ συνεπιστενάξαι πρόσεχε μέντοι μὴ καὶ ἔσωθεν στενάξῃς.

17

I

Μέμνησο, ὅτι ὑποκριτὴς εἶ δράματος, οἷον ἂν θέλῃ ὁ διδάσκαλος ἂν βραχύ, βραχέος ἂν μα-

σου καὶ κοσμίως λάβε ἓνα μέρος. Προσπερνά. Μὴν το κατακρατεῖς. Δεν ἦρθε ἀκόμη. Μὴν επιτείνεις περισσότερο τὴν ὄρεξιν, ἀλλὰ περιέμενε μέχρι νὰ φτάσῃ σ' ἐσένα. Ἐτσι νὰ φέρεσαι πρὸς τὰ τέκνα, ἔτσι πρὸς τὴν γυναῖκα, ἔτσι πρὸς τ' ἀξιώματα, ἔτσι πρὸς τὸν πλοῦτο, καὶ κάποτε θὰ γίνῃς ἄξιος συμπότης τῶν Θεῶν. Ἀν, ὁμῶς, δὲν λάβεις, ἀκόμη καὶ ὅταν σου παρατεθοῦν, ἀλλὰ τὰ παραβλέψεις, τότε δὲν θὰ εἶσαι μόνον συμπότης τῶν Θεῶν, ἀλλὰ καὶ συνάρχοντάς τους. Ἐτσι κάνοντας ὁ Διογένης<sup>3</sup> καὶ ὁ Ἡράκλειτος<sup>4</sup> καὶ οἱ ὅμοιοί τους, ἐπάξια ἦταν καὶ λέγονταν θεῖκοί.

ιστ'

Ὅταν κάποιον δεῖς νὰ κλαίει λόγῳ πένθους ἢ γιὰ τὴν ἀποδημία τοῦ τέκνου τοῦ ἢ γιὰ τὴν ἔχασε τὰ υπάρχοντά του, πρόσεχε νὰ μὴν σε συναρπάσῃ ἡ φαντασία ὅτι δῆθεν αὐτὸς βρίσκεται μέσα σὲ εξωτερικά κακά, ἀλλὰ εὐθύς ἔχε πρόχειρο τὸ ὅτι «αὐτόν δὲν τον θλίβει τὸ συμβεβηκός – γιὰτὶ ἄλλον δὲν θλίβει – ἀλλὰ ἡ δοξασία τοῦ γι' αὐτό». Μέχρι τοῦ σημείου τῶν λόγων, βέβαια, μὴν ὀκνήσεις νὰ συμπάσχῃς μαζί του καὶ – ἀν ἔτσι τύχει – ἀκόμη καὶ νὰ συνεπιστενάξεις. Πρόσεχε, ὁμῶς, νὰ μὴν στενάξεις καὶ ἀπὸ μέσα σου.

ιζ'

Νὰ θυμάσαι ὅτι εἶσαι ἡθοποιὸς σὲ δράμα, σ' ἐκεῖνο που θὰ θελήσῃ ὁ διδάσκαλος. Θέλει βραχύ, σὲ βραχύ. Θέλει μακρό, σὲ

κρόν, μακροῦ ἂν πτωχὸν ὑποκρίνασθαι σε θέλῃ, ἵνα καὶ τοῦτον εὐφυῶς ὑποκρίνῃ ἂν χωλόν, ἂν ἄρχοντα, ἂν ιδιώτην. σὸν γὰρ τοῦτ' ἔστι, τὸ δοθέν ὑποκρίνασθαι πρόσωπον καλῶς ἐκλέξασθαι δ' αὐτὸ ἄλλου.

18

1

Κόραξ ὅταν μὴ αἴσιον κεκράγῃ, μὴ συναρπαζέτω σε ἢ φαντασίᾳ ἄλλ' εὐθύς διαίρει παρὰ σεαυτῷ καὶ λέγε ὅτι «τούτων ἐμοὶ οὐδὲν ἐπισημαίνεται, ἄλλ' ἢ τῷ σωματίῳ μου ἢ τῷ κτησειδίῳ μου ἢ τῷ δοξαρίῳ μου ἢ τοῖς τέκνοις ἢ τῇ γυναικί. ἐμοὶ δὲ πάντα αἴσια σημαίνεται, ἐὰν ἐγὼ θέλω ὅ τι γὰρ ἂν τούτων ἀποβαίνῃ, ἐπ' ἐμοὶ ἔστιν ὠφελῆθῃναι ἀπ' αὐτοῦ».

19

1

2

Ἀνίκητος εἶναι δύνασαι, ἐὰν εἰς μηδένα ἀγῶνα καταβαίνῃς, ὃν οὐκ ἔστιν ἐπὶ σοὶ νικῆσαι. ὅρα μήποτε ἰδῶν τινα προτιμώμενον ἢ μέγα δυνάμενον ἢ ἄλλως εὐδοκιμοῦντα μακαρίσης, ὑπὸ τῆς φαντασίας συναρπασθείς. ἐὰν γὰρ ἐν τοῖς ἐφ' ἡμῖν ἢ οὐσίᾳ τοῦ ἀγαθοῦ ἦ, οὔτε φθόνος οὔτε ζηλοτυπία χώραν ἔχει σύ τε αὐτὸς οὐ στρατηγός, οὐ πρύτανις ἢ ὑπάτος εἶναι θελήσεις, ἀλλ' ἐλεύθερος. μία δὲ ὁδὸς πρὸς τοῦτο, καταφρόνησις τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν.

μακρό. Ἀν σε θέλει γιὰ να υποκριθεῖς ἕναν φτωχό, τότε και αὐτόν ευφυῶς να τον υποκριθεῖς, καθώς και τον χωλό και τον ἄρχοντα και τον κοινό ἄνθρωπο, γιατί το δικό σου ἔργο εἶναι αὐτό, το να υποκρίνεσαι καλῶς το πρόσωπο που σου ἔχει δοθεῖ, ἐνῶ ἄλλου ἔργο εἶναι να ἐπιλέξει το πρόσωπο.

1η'

Ὅταν ο κόρακας κράζει κάτι μη αἰσιο<sup>5</sup>, να μην σε συναρπάξει ἡ φαντασία, ἀλλὰ εὐθύς κάνε γιὰ τον εαυτό σου την διάκριση και λέγε ὅτι «κανένα ἀπὸ αὐτά δεν εἶναι σημάδι γιὰ ἐμένα, ἀλλὰ ἢ γιὰ το σωματάκι μου ἢ γιὰ τ' ἀποκτηματάκια μου ἢ γιὰ την μικροφῆμῃ μου ἢ γιὰ τα τέκνα ἢ γιὰ την γυναῖκα μου. Γιὰ ἐμένα ὅλα τα σημάδια εἶναι αἴσια, εἰάν ἐγὼ το θέλω, ἐπειδὴ οτιδήποτε τούτων συμβεῖ τελικά, ἀπὸ ἐμένα ἐξαρτάται να ὠφεληθῶ ἀπ' αὐτό».

1θ'

Δύνασαι να εἶσαι ἀνίκητος, εἰάν δεν κατεβαίνεις σε κανέναν ἀγῶνα, στον ὁποῖον ἡ νίκη δεν ἐξαρτάται ἀπὸ ἐσένα. Κοίταξε μήπως κάποτε δεις κάποιον που τον προτιμοῦν ἢ κάποιον με μεγάλη δύναμη ἢ κάποιον που αλλιῶς ευδοκιμεῖ, και τον μακαρίσεις, συναρπασμένος ἀπὸ την φαντασία γιατί, εἰάν ἡ οὐσία τοῦ ἀγαθοῦ εἶναι σε ὅσα ἐξαρτῶνται ἀπὸ ἐμάς, οὔτε γιὰ τον φθόνον οὔτε γιὰ την ζηλοτυπία ὑπάρχει χώρος. Εἰς ὁ ἴδιος δεν θα θελήσεις να γίνεις οὔτε στρατηγός οὔτε πρύτανις ἢ ὑπάτος. Μία εἶναι ἡ ὁδός γι' αὐτό: ἡ καταφρόνησις ὅσων δεν ἐξαρτῶνται ἀπὸ ἐμάς.

20

I

Μέμνησο, ὅτι οὐχ ὁ λοιδορῶν ἢ ὁ τύπτων ὑβρίζει, ἀλλὰ τὸ δόγμα τὸ περὶ τούτων ὡς ὑβριζόντων. ὅταν οὖν ἐρεθίσῃ σέ τις, ἴσθι, ὅτι ἢ σὴ σε ὑπόληψις ἠρέθεικε. τοιγαροῦν ἐν πρώτοις πειρῶ ὑπὸ τῆς φαντασίας μὴ συναρπασθῆναι· ἂν γὰρ ἅπαξ χρόνου καὶ διατριβῆς τύχῃς, ῥᾶον κρατήσεις σεαυτοῦ.

21

I

Θάνατος καὶ φυγὴ καὶ πάντα τὰ δεινὰ φαινόμενα πρὸ ὀφθαλμῶν ἔστω σοι καθ' ἡμέραν, μάλιστα δὲ πάντων ὁ θάνατος· καὶ οὐδὲν οὐδέποτε οὔτε ταπεινὸν ἐνθυμηθήσῃ οὔτε ἄγαν ἐπιθυμήσεις τινός.

22

I

Εἰ φιλοσοφίας ἐπιθυμεῖς, παρασκευάζου αὐτόθεν ὡς καταγελασθησόμενος, ὡς καταμωκησομένων σου πολλῶν, ὡς ἐρούντων ὅτι «ἄφνω φιλόσοφος ἡμῖν ἐπανελήλυθε» καὶ «πόθεν ἡμῖν αὕτη ἢ ὀφρὺς;» σὺ δὲ ὀφρὺν μὲν μὴ σχῆς· τῶν δὲ βελτίστων σοι φαινομένων οὕτως ἔχου, ὡς ὑπὸ τοῦ θεοῦ τεταγμένος εἰς ταύτην τὴν χώραν μέμνησέ τε διότι, ἐὰν μὲν ἐμμείνῃς τοῖς αὐτοῖς, οἱ καταγελῶντές σου τὸ πρότερον οὗτοί σε ὕστερον θαυμάσονται, ἐὰν δὲ ἡττηθῇς αὐτῶν, διπλοῦν προσλήψῃ καταγέλωτα.

κ'

Να θυμάσαι ὅτι δεν υβρίζει οὔτε ὅποιος λοιδορεῖ οὔτε ὅποιος χτυπά, ἀλλὰ ἡ δοξασία ὅτι αὐτοὶ εἶναι υβριστές. Ὅταν, λοιπόν, κάποιος σ' ἐρεθίσῃ, γνῶριζε ὅτι σ' ἔχει ἐρεθίσῃ ἡ ἀντίληψή σου γι' αὐτόν. Γι' αὐτό, κατ' ἀρχὴν ν' ἀποπειράσαι νὰ μὴ συναρπάξῃς ἀπὸ τὴν φαντασία, ἐπειδὴ ἀν μίᾳ φορᾷ σοῦ τύχει χρόνος καὶ ἀναβολή, ευκολότερα θὰ κυριαρχήσῃς στὸν εαυτό σου.

κα'

Ὁ θάνατος καὶ ἡ ἐξορία καὶ ὅλα ὅσα φαίνονται ὡς δεινοπαθήματα, ἀς βρίσκονται κάθε μέρα ἐμπρὸς στὰ μάτια σου, καὶ περισσότερο ἀπ' ὅλα ὁ θάνατος, καὶ ποτέ τίποτε ταπεινὸ δεν θὰ θυμηθεῖς, οὔτε κάτι θὰ ἐπιθυμήσῃς υπερβολικά.

κβ'

Εἰ ἐπιθυμεῖς τὴν φιλοσοφία, προετοιμάσου κατευθεῖαν ὥστε νὰ γίνῃς καταγέλαστος, ὥστε νὰ χλευαστεῖς ἀπὸ πολλοῦς, ὥστε νὰ πουν ὅτι «ξαφνικά μας ξαναγύρισε φιλόσοφος» καὶ «ἀπὸ πότε μᾶς κρατᾷ τέτοιο ὕφος;». Εσύ, ὅμως, νὰ μὴ κρατᾷς ὕφος. Ἀπέναντι σὲ ὅσα σου φαίνονται βέλτιστα, ἔτσι νὰ συμπεριφέρεσαι: σὰν νὰ σὲ ἔχει τάξῃ ὁ Θεός σ' αὐτὸν τὸν χώρο. Καὶ νὰ θυμάσαι ὅτι, εἰς παραμείνῃς σταθερός σ' αὐτά, ὅσοι πρωτότερα σὲ καταγελοῦσαν, οἱ ἴδιοι ὕστερα θὰ σὲ θαυμάσουν, ἐνῶ ἀν ἡττηθεῖς ἀπὸ αὐτά, διπλὸ καταγέλασμα θὰ εἰσπράξεις.

Ἐάν ποτέ σοι γένηται ἔξω στραφῆναι πρὸς τὸ βούλεσθαι ἀρέσαι τινί, ἴσθι ὅτι ἀπώλεσας τὴν ἐνστασιν. ἀρκοῦ οὖν ἐν παντὶ τῷ εἶναι φιλόσοφος εἰ δὲ καὶ δοκεῖν βούλει [τῷ εἶναι], σαντῶ φαίνου καὶ ἱκανὸς ἔσῃ.

Οὗτοί σε οἱ διαλογισμοὶ μὴ θλιβέτωσαν «ἀτιμος ἐγὼ βιώσομαι καὶ οὐδεὶς οὐδαμοῦ». εἰ γὰρ ἡ ἀτιμία ἐστὶ κακόν, οὐ δύνασαι ἐν κακῷ εἶναι δι' ἄλλον, οὐ μᾶλλον ἢ ἐν αἰσχυρῷ μὴ τι οὖν σὸν ἐστιν ἔργον τὸ ἀρχῆς τυχεῖν ἢ παραληφθῆναι ἐφ' ἐστίασιν; οὐδαμῶς. πῶς οὖν ἔτι τοῦτ' ἔστιν ἀτιμία; πῶς δὲ οὐδεὶς οὐδαμοῦ ἔσῃ, ὃν ἐν μόνοις εἶναί τινα δεῖ τοῖς ἐπὶ σοί, ἐν οἷς ἔξεστί σοι εἶναι πλείστου ἀξίῳ; ἀλλὰ σοι οἱ φίλοι ἀβοήθητοι ἔσσονται. τί λέγεις τὸ ἀβοήθητοι; οὐχ ἔξουσιν παρὰ σοῦ κερμάτιον οὐδὲ πολίτας Ῥωμαίων αὐτοὺς ποιήσεις. τίς οὖν σοι εἶπεν, ὅτι ταῦτα τῶν ἐφ' ἡμῖν ἐστίν, οὐχὶ δὲ ἀλλότρια ἔργα; τίς δὲ δοῦναι δύναται ἐτέρῳ, ἃ μὴ ἔχει αὐτός; «κτῆσαι οὖν», φησὶν, «ἵνα ἡμεῖς ἔχωμεν». εἰ δύναμαι κτήσασθαι τηρῶν ἐμαυτὸν αἰδήμονα καὶ πιστὸν καὶ μεγαλόφρονα, δείκνυε τὴν ὁδὸν καὶ κτήσομαι. εἰ δ' ἐμὲ ἀξιοῦτε τὰ ἀγαθὰ τὰ ἐμαυτοῦ ἀπολέσαι, ἵνα ὑμεῖς τὰ μὴ ἀγαθὰ περιποιήσησθε, ὁρᾶτε ὑμεῖς, πῶς ἄνισοί ἐστε καὶ ἀγνώμονες. τί δὲ καὶ

κγ'

Εάν κάποτε σου συμβεῖ να στραφεῖς πρὸς τα εξωτερικά, ἐπειδὴ ἐπιθυμεῖς ν' ἀρέσεις σε κάποιον, γνώριζε ὅτι ἀπώλεσες τὴν ἐσωτερικὴν στάσιν σου. Ν' ἀρκεστεῖς, λοιπόν, να εἶσαι φιλόσοφος σε ὅλα, καὶ ἀν ἐπιθυμεῖς να φαίνεσαι καὶ φιλόσοφος, να φαίνεσαι στὸν εαυτὸ σου καὶ θα εἶναι ἀρκετό.

κδ'

Να μὴν σε θλίβουν αὐτοὶ οἱ διαλογισμοί: «ἐγὼ θα ζήσω χωρὶς τιμῆς, ὄντας κανεῖς στὸ πουθενά». Εάν, λοιπόν, ἡ ἄλλειψη τιμῶν εἶναι κακό, δὲν δύνασαι να βρεθεῖς στὸ κακό ἐξαιτίας ἄλλου, καὶ πολὺ περισσότερο να βρεθεῖς στὴν αἰσχύρῳ. Μήπως εἶναι δικό σου ἔργο τὸ να ἐπιτύχεις ἓνα ἀξίωμα ἢ τὸ να προσκληθεῖς σε μία συνεστίαση; Ὅπως δὴποτε ὄχι. Πῶς αὐτό, λοιπόν, εἶναι ἐπιπλέον ἀτιμία; Πῶς θα εἶσαι κανεῖς στὸ πουθενά, ἐσύ που πρέπει να εἶσαι κάποιος μόνον σε ὅσα ἐξαρτῶνται ἀπὸ ἐσένα, στα ὁποῖα σου ταιριάζει να ἔχεις τὴν περισσότερὴν ἀξία; Ἀλλὰ οἱ φίλοι σου θα εἶναι ἀβοήθητοι; Γιατί λες τὸ «ἀβοήθητοι»; Δὲν θα πάρουν ἀπὸ ἐσένα οὔτε κερματάκι. Οὔτε θα τοὺς κάνουν Ῥωμαῖους πολῖτες. Ποιὸς σου εἶπε, λοιπόν, ὅτι αὐτὰ ἐξαρτῶνται ἀπὸ ἐμὰς καὶ δὲν εἶναι ἀλλότρια ἔργα; Ποιὸς δύναται να δώσει σε ἄλλον αὐτὰ που ὁ ἴδιος δὲν ἔχει; «Ἀπόκτησε, λοιπόν», σου λένε, «ὥστε να ἔχουμε κ' ἐμεῖς». Εάν δύναμαι ν' ἀποκτήσω τηρώντας τὸν εαυτὸ μου αἰδήμονα καὶ πιστό καὶ μεγαλόφρονα, δείξε μου τὴν ὁδὸ καὶ θ' ἀποκτήσω. Εάν, ὁμως, ἔχετε ἀπὸ ἐμένα τὴν ἀξίωση ν' ἀπολέσω τὰ δικά μου ἀγαθὰ, ὥστε εσεῖς να ἔχετε τὰ μὴ ἀγαθὰ, κοιτάζετε πόσο εἰστε ἀδικοὶ καὶ ἀγνώμονες. Τὶ ἐπιθυμεῖτε

βούλεσθε μάλλον; ἀργύριον ἢ φίλον πιστὸν καὶ αἰδήμονα; εἰς τοῦτο οὖν μοι μάλλον συλλαμβάνετε καὶ μὴ, δι' ὧν ἀποβαλῶ αὐτὰ ταῦτα, ἐκεῖνά με

4 πράσσειν ἄξιον τε. «ἀλλ' ἡ πατρίς, ὅσον ἐπ' ἐμοί», φησὶν, «ἀβοήθητος ἔσται». πάλιν, ποῖαν καὶ ταύτην βοήθειαν; στοὰς οὐχ ἔξει διὰ σὲ οὔτε βαλανεῖα. καὶ τί τοῦτο; οὐδὲ γὰρ ὑποδήματα ἔχει διὰ τὸν χαλκέα οὐδ' ὄπλα διὰ τὸν σκυτέα ἱκανὸν δέ, ἐὰν ἕκαστος ἐκπληρώσῃ τὸ ἑαυτοῦ ἔργον. εἰ δὲ ἄλλον τινὰ αὐτῇ κατεσκευάζεις πολίτην πιστὸν καὶ αἰδήμονα, οὐδὲν ἂν αὐτὴν ὠφέλεις; «ναί.» οὐκοῦν οὐδὲ σὺ αὐτὸς ἀνωφελὴς ἂν εἴης αὐτῇ. «τίνα οὖν ἔξω», φησί, «χώραν ἐν τῇ πόλει;» ἦν ἂν δύνῃ φυλάττων ἅμα τὸν πιστὸν καὶ αἰδήμονα. εἰ δὲ ἐκείνην ὠφελεῖν βουλόμενος ἀποβαλεῖς ταῦτα, τί ὄφελος ἂν αὐτῇ γένοιτο ἀναιδὴς καὶ ἄπιστος ἀποτελεσθεῖς;

25

1 Προετιμήθη σοῦ τις ἐν ἐστιάσει ἢ ἐν προσαγορεύσει ἢ ἐν τῷ παραληφθῆναι εἰς συμβουλίαν; εἰ μὲν ἀγαθὰ ταῦτά ἐστι, χαίρειν σε δεῖ, ὅτι ἔτυχεν αὐτῶν ἐκεῖνος· εἰ δὲ κακὰ, μὴ ἄχθου, ὅτι σὺ αὐτῶν οὐκ ἔτυχες· μέμνησο δέ, ὅτι οὐ δύνασαι μὴ

2 ταῦτά ποιῶν πρὸς τὸ τυγχάνειν τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν τῶν ἴσων ἄξιον εἶναι. πῶς γὰρ ἴσον ἔχειν δύναται ὁ μὴ φοιτῶν ἐπὶ θύρας τινὸς τῷ φοιτῶντι; ὁ μὴ παραπέμπων τῷ παραπέμποντι; ὁ μὴ ἐπαινῶν

περισσότερο; Ἀργύρια ἢ φίλο πιστό και αιδήμονα; Σ' αυτό, λοιπόν, συμπαρασταθείτε μου περισσότερο και μην έχετε την αξίωση να πράξω εκείνα, μέσω των οποίων θ' αποβάλω αυτά τ' αγαθά. «Η πατρίδα, όμως, όσο εξαρτάται από εμένα», σου λένε, «θα μένει αβοήθητη». Ξαναρωτώ: τι είδους είναι τούτη η βοήθεια; Εξαιτίας μου δεν θα έχει ούτε στοές ούτε βαλανεία. Και τι σημαίνει αυτό; Ούτε υποδήματα έχει εξαιτίας τού χαλκουργού, ούτε όπλα εξαιτίας τού σκυτοτόμου. Είναι αρκετό, όμως, να εκπληρώνει ο καθένας το δικό του έργο. Αν, λοιπόν, προετοιμάζεις γι' αυτήν άλλον έναν πιστό και αιδήμονα πολίτη, καθόλου δεν θα την ωφελούσες; «Ναι». Άρα ούτε εσύ ο ίδιος θα ήσουν ανωφελής γι' αυτήν. «Ποιόν χώρο, λοιπόν», σου λένε, «θα έχω μέσα στην πολιτεία;». Όποιον χώρο δύνασαι, διαφυλάττοντας συνάμα τον πιστό και αιδήμονα χαρακτήρα σου. Εάν αποβάλεις αυτά, επιθυμώντας να ωφελήσεις την πατρίδα, τι όφελος θα έχει αυτή, αν καταλήξεις αναιδής και άπιστος;

κε'

Αντί γιά εσένα κάποιον άλλον προτίμησαν στην συνεστίαση ή στην προσφώνηση ή στην πρόσληψη συμβούλου; Εάν αυτά είναι αγαθά, πρέπει να χαίρεσαι, επειδή αυτά έτυχαν σ' εκείνον. Εάν είναι κακά, μην δυσφορείς, αφού δεν έτυχαν σ' εσένα. Να θυμάσαι ότι δεν δύνασαι να έχεις ίσες αξιώσεις, όταν δεν κάνεις τα ίδια μ' εκείνους που προσδοκούν να επιτύχουν όσα δεν εξαρτώνται από εμάς. Πώς δύναται να έχει ίσες απολαβές όποιος δεν συχνάζει, με όποιον συχνάζει στην εξώθυρα κάποιου; Όποιος δεν τον συνοδεύει, με όποιον τον συνοδεύει; Όποιος δεν τον

τῷ ἐπαινοῦντι, ἄδικος οὖν ἔση καὶ ἄπληστος, εἰ  
 μὴ προίεμενος ταῦτα, ἀνθ' ὧν ἐκεῖνα πιπράσκε-  
 3 ται, προῖκα αὐτὰ βουλήσῃ λαμβάνειν. ἀλλὰ πό-  
 σου πιπράσκονται θρίδακες; ὀβολοῦ, ἂν οὕτω  
 τύχῃ. ἂν οὖν τις προέμενος τὸν ὀβολὸν λάβῃ θρί-  
 4 δακας, σὺ δὲ μὴ προέμενος μὴ λάβῃς, μὴ οἴου ἔ-  
 λαττον ἔχειν τοῦ λαβόντος. ὥς γὰρ ἐκεῖνος ἔχει  
 θρίδακας, οὕτω σὺ τὸν ὀβολόν, ὃν οὐκ ἔδωκας.  
 τὸν αὐτὸν δὴ τρόπον καὶ ἐνταῦθα. οὐ παρεκλή-  
 5 θης ἐφ' ἐστίασίν τινος; οὐ γὰρ ἔδωκας τῷ καλοῦ-  
 ντι, ὅσου πωλεῖ τὸ δεῖπνον. ἐπαίνου δ' αὐτὸ πω-  
 λεῖ, θεραπείας πωλεῖ. δὸς οὖν τὸ διάφορον, εἰ  
 σοι λυσιτελεῖ, ὅσου πωλεῖται. εἰ δὲ κἀκεῖνα θέ-  
 λεις μὴ προίεσθαι καὶ ταῦτα λαμβάνειν, ἄπλη-  
 5 στος εἶ καὶ ἀβέλτερος. οὐδὲν οὖν ἔχεις ἀντὶ τοῦ  
 δεῖπνου; ἔχεις μὲν οὖν τὸ μὴ ἐπαινεῖσαι τοῦτον,  
 ὃν οὐκ ἠθελες, τὸ μὴ ἀνασχέσθαι αὐτοῦ τῶν ἐπὶ  
 26 τῆς εἰσόδου.

26

I

Τὸ βούλημα τῆς φύσεως καταμαθεῖν ἔστιν ἐξ ὧν  
 οὐ διαφερόμεθα πρὸς ἀλλήλους. οἶον, ὅταν ἄλ-  
 λου παιδάριον κατεάξῃ τὸ ποτήριον, πρόχειρον  
 εὐθύς λέγειν ὅτι «τῶν γινομένων ἐστίν». ἴσθι  
 οὖν, ὅτι, ὅταν καὶ τὸ σὸν κατεαγῇ, τοιοῦτον εἶ-  
 ναί σε δεῖ, ὅποιον ὅτε καὶ τὸ τοῦ ἄλλου κατεά-  
 γῃ. οὕτω μετατίθει καὶ ἐπὶ τὰ μείζονα. τέκνον  
 ἄλλου τέθνηκεν ἢ γυνή; οὐδεὶς ἐστίν ὃς οὐκ ἂν

ἐπαινεῖ, με ὅποιον τον ἐπαινεῖ; Θα εἶσαι, λοιπόν, ἄδικος καὶ ἄ-  
 πληστος, εἰάν επιθυμήσεις νὰ λάβεις αὐτὰ δωρεάν, χωρὶς νὰ πα-  
 ράσχεις ἐκεῖνα, με τα οποία αὐτὰ αγοράζονται. Ἀλλὰ πόσο πω-  
 λούνται οἱ θρίδακες; Ἐναν ὀβολό, ἀν τύχει. Ἀν, λοιπόν, κάποιος  
 δώσει τὸν ὀβολό καὶ πάρει θρίδακες, ἐνῶ ἐσύ δὲν τὸν δώσεις καὶ  
 δὲν πάρεις, μὴν θεωρήσεις ὅτι ἔχεις λιγότερα ἀπὸ ἐκείνον που  
 τοὺς πήρε. Ὅπως ἐκεῖνος ἔχει θρίδακες, ἐτσι κ' ἐσύ ἔχεις τὸν  
 ὀβολό, τὸν ὁποῖον δὲν ἔδωσες. Κατὰ τὸν ἴδιο τρόπο καὶ στ' α-  
 κόλουθα. Δὲν προσκλήθηκες στὴν συνεστίαση κάποιου; Αὐτό  
 συνέβη ἐπειδὴ δὲν ἔδωσες τὸ ἀντίτιμο τοῦ δεῖπνου σ' αὐτόν που  
 προσκαλεῖ. Πουλά τὸ δεῖπνο γιὰ ἓναν ἐπαινο ἢ γιὰ μιά υπηρεσί-  
 α. Εἰάν σ' ἐνδιαφέρει, δώσε του τὸ ἀντίτιμο γιὰ τὸ ὁποῖο πωλεῖ-  
 ται. Ἀν, ὅμως, κ' ἐκεῖνα θέλεις νὰ μὴν δώσεις, καὶ τούτα νὰ λά-  
 βεις, εἶσαι ἄπληστος καὶ ἀβέλτερος. Τίποτε, λοιπόν, δὲν ἔχεις  
 ἀντὶ γιὰ τὸ δεῖπνο; Καὶ βέβαια ἔχεις: τὸ ὅτι δὲν ἐπαινέσες ἐκεῖ-  
 νον που δὲν ἠθελες καὶ τὸ ὅτι δὲν ἐμποδίστηκες ἀπὸ τοὺς δού-  
 λους που ἔχει στὴν εἰσοδό του.

κστ'

Εἶναι δυνατόν νὰ καταλάβουμε τὴν βούληση τῆς φύσης ἀπὸ  
 τα πράγματα στα ὁποῖα δὲν διαφέρουμε μεταξύ μας. Δηλαδή:  
 ὅταν ὁ μικρὸς δούλος ἐνός ἄλλου ἀνθρώπου σπάσει τὸ ποτήρι,  
 εὐθύς ἔχουμε πρόχειρο τὸν λόγο ὅτι «γίνονται καὶ αὐτά». Γνώ-  
 ριζε, λοιπόν, ὅτι ὅταν καὶ τὸ δικό σου σπάσει, πρέπει ν' αντι-  
 δράσεις ἐτσι, ὅπως θ' ἀντιδρούσες καὶ ὅταν ἐσπαζε τοῦ ἄλλου.  
 Εφάρμοσε τὸ ἴδιο καὶ στα μεγαλύτερα θέματα. Πέθανε τὸ τέκνο  
 ἢ ἡ γυναικα ἐνός ἄλλου. Κανεὶς δὲν ὑπάρχει που δὲν θα πει ὅτι

εἴποι ὅτι «ἀνθρώπινον»· ἀλλ' ὅταν τὸ αὐτοῦ τι-  
νος ἀποθάνῃ, εὐθὺς «οἴμοι, τάλας ἐγώ». ἐχορῆν δὲ  
μεμνήσθαι, τί πάσχομεν περὶ ἄλλων αὐτὸ ἀκού-  
σαντες.

27

I

Ὡσπερ σκοπὸς πρὸς τὸ ἀποτυχεῖν οὐ τίθεται,  
οὕτως οὐδὲ κακοῦ φύσις ἐν κόσμῳ γίνεται. Εἰ  
μὲν τὸ σῶμά σου τις ἐπέτρεπε τῷ ἀπαντήσαντι,  
ἡγανάκτεις ἅν' ὅτι δὲ σὺ τὴν γνώμην τὴν σεαυ-  
τοῦ ἐπιτρέπεις τῷ τυχόντι, ἴνα, ἐὰν λοιδορήση-  
ταί σοι, ταραχθῇ ἐκείνη καὶ συγχυθῇ, οὐκ αἰ-  
σχύνῃ τούτου ἕνεκα;

29

I

Ἐκάστου ἔργου σκόπει τὰ κατηγούμενα καὶ τὰ  
ἀκόλουθα αὐτοῦ καὶ οὕτως ἔρχου ἐπ' αὐτό. εἰ δὲ  
μὴ, τὴν μὲν πρώτην προθύμως ἤξεις ἅτε μηδὲν  
τῶν ἐξῆς ἐντεθυμημένος, ὕστερον δὲ ἀναφανέ-  
ντων δυσχερῶν τινων αἰσχυρῶς ἀποστήσῃ. θέλεις  
Ὀλύμπια νικῆσαι; κἀγώ, νῆ τοὺς θεοὺς κομπῶν  
γάρ ἐστιν. ἀλλὰ σκόπει τὰ κατηγούμενα καὶ τὰ  
ἀκόλουθα καὶ οὕτως ἅπτου τοῦ ἔργου. δεῖ σ' εὐ-  
τακτεῖν, ἀναγκοτροφεῖν, ἀπέχεσθαι πεμμάτων,  
γυμνάζεσθαι πρὸς ἀνάγκην, ἐν ᾧρα τεταγμένη,  
ἐν καύματι, ἐν ψύχει, μὴ ψυχρὸν πίνειν, μὴ οἶ-  
νον, ὥς ἔτυχεν, ἀπλῶς ὥς ἱατρῷ παραδεδωκέναι  
σεαυτὸν τῷ ἐπιστάτῃ, εἶτα ἐν τῷ ἀγῶνι παρο-

2

αὐτό «εἶναι ἀνθρώπινον». Ἀλλὰ ὅταν πεθάνῃ ἓνας δικός σου, ευ-  
θύς λέει: «αἰμόνιό μου, τὸν ταλαίπωρο!». Θὰ ἐπρεπε, ὅμως, νὰ  
θυμόμαστε τι πάθαμε ὅταν τὸ ἴδιο ἀκούσαμε γιὰ κάποιους ἄλ-  
λους.

κζ'

Ὅπως ἀκριβῶς δὲν θέτουμε ἓναν σκοπὸ γιὰ ν' ἀποτύχουμε, ἐ-  
τσι δὲν γίνεται στὸν κόσμον ἐκ φύσεως τὸ κακό.

κη'

Εάν κάποιος παρέδιδε τὸ σῶμα σου στὸν πρῶτο τυχόντα, θ' α-  
γανακτούσες. Εσὺ, λοιπόν, παραδίδεις τὴν δική σου κρίση στὸν  
τυχόντα – ὥστε ἐκείνη νὰ ταραχθεῖ καὶ νὰ συγχυθεῖ, ἀν αὐτός  
σε λοιδορήσῃ – καὶ δὲν αἰσχύνεσαι γι' αὐτό;

κθ'

Εξέτασε τὰ προηγούμενα καὶ τὰ επακόλουθα καθενὸς ἔργου,  
καὶ μετὰ ἀνάλαβέ το. Ἀλλιῶς, πρόθυμα θὰ το ἀρχίσῃς, ἀφοῦ  
κανένα επακόλουθο δὲν σκέφτηκες, καὶ ὕστερα, ὅταν θ' ἀναφα-  
νούν κάποιες δυσχέρειες, θὰ το παρατήσῃς ντροπιασμένος. Θέ-  
λεις νὰ νικήσῃς στοὺς Ὀλυμπιακοὺς; Κ' ἐγώ, μα τοὺς Θεοὺς!  
Εἶναι κάτι κομπῶ. Ἀλλὰ σκέψου ὅσα προηγούνται καὶ ὅσα ἀκο-  
λουθοῦν, καὶ τότε ἀνάλαβε τὸ ἔργο. Πρέπει νὰ πειθαρχεῖς, νὰ  
τρέφεσαι με τ' ἀναγκαῖα, ν' ἀπέχεις ἀπὸ τὰ γλυκίσματα, νὰ γυ-  
μνάζῃς ἀναγκαστικά, σὲ καθορισμένη ὥρα, με καύσωνα, με  
ψύχος, νὰ μὴ πίνεις ψυχρὰ ποτὰ, οὔτε οἶνο ὅποτε τύχει, νὰ πα-  
ραδώσῃς ἀπλὰ τὸν εαυτὸ σου στὸν γυμναστή σου, σὰν σὲ ια-

3 ρύσσεσθαι, ἔστι δὲ ὅτε χεῖρα ἐκβαλεῖν, σφυρὸν  
 στρέψαι, πολλὴν ἀφὴν καταπιεῖν, ἔσθ' ὅτε μαστι-  
 γωθῆναι καὶ μετὰ τούτων πάντων νικηθῆναι. ταῦ-  
 4 τα ἐπισκεψάμενος, ἂν ἔτι θέλῃς, ἔρχου ἐπὶ τὸ ἀ-  
 θλεῖν. εἰ δὲ μή, ὥς τὰ παιδία ἀναστραφήσῃ, ἃ νῦν  
 μὲν παλαιστὰς παίζει, νῦν δὲ μονομάχους, νῦν δὲ  
 σαλπίζει, εἴτα τραγωδεῖ οὕτω καὶ σὺ νῦν μὲν ἀ-  
 θλητῆς, νῦν δὲ μονομάχος, εἴτα ῥήτωρ, εἴτα φιλό-  
 σοφος, ὅλη δὲ τῇ ψυχῇ οὐδὲν ἄλλ' ὥς πίθηκος πᾶ-  
 5 σαν θέαν, ἣν ἂν ἴδῃς, μιμῇ καὶ ἄλλο ἐξ ἄλλου σοι  
 ἀρέσκει. οὐ γὰρ μετὰ σκέψεως ἦλθες ἐπὶ τι οὐδὲ  
 6 περιοδεύσας, ἀλλ' εἰκῇ καὶ κατὰ ψυχρὰν ἐπιθυμί-  
 αν. οὕτω θεασάμενοί τινες φιλόσοφον καὶ ἀκού-  
 σαντες οὕτω τινὸς λέγοντος, ὥς Εὐφράτης λέγει  
 (καίτοι τίς οὕτω δύναται εἰπεῖν, ὥς ἐκεῖνος;), θέ-  
 7 λουσι καὶ αὐτοὶ φιλοσοφεῖν. ἄνθρωπε, πρῶτον ἐ-  
 πίσκεψαι, ὁποῖόν ἐστι τὸ πρᾶγμα· εἴτα καὶ τὴν σε-  
 αυτοῦ φύσιν κατάμαθε, εἰ δύνασαι βαστάσαι. πέ-  
 νταθλος εἶναι βούλει ἢ παλαιστής; ἴδε σεαυτοῦ  
 τοὺς βραχίονας, τοὺς μηρούς, τὴν ὀσφὺν κατὰμα-  
 6 θε. ἄλλος γὰρ πρὸς ἄλλο πέφυκε. δοκεῖς, ὅτι ταῦ-  
 7 τα ποιῶν ὡσαύτως δύνασαι ἐσθίειν, ὡσαύτως πί-  
 νειν, ὁμοίως ὀρέγεσθαι, ὁμοίως δυσαρεστεῖν; ἀ-  
 γρυπνήσαι δεῖ, πονῆσαι, ἀπὸ τῶν οἰκείων ἀπελ-  
 θεῖν, ὑπὸ παιδαρίου καταφρονηθῆναι, ὑπὸ τῶν  
 ἀπαντῶντων καταγελασθῆναι, ἐν παντὶ ἥττον ἔ-  
 χειν, ἐν τιμῇ, ἐν ἀρχῇ, ἐν δίκῃ, ἐν πραγματικῇ πα-

τρό, κ' ἔπειτα, στον αγώνα, θα υποσκάπτεσαι, κάποτε θα εξαρ-  
 θρώσεις το χέρι σου, θα διαστρέψεις τον αστράγαλό σου, θα  
 καταπιείς πολλή σκόνη, κάποτε θα μαστιγωθείς και, μετά απ'  
 όλα τούτα, θα νικηθείς. Αφού αυτά καλοσκεφτείς, αν ακόμη το  
 θέλεις, ξεκίνα την άθληση. Αν όχι, θα παλινωδείς σαν τα παιδιά,  
 που τότε παίζουν τους παλαιστές, τότε τους μονομάχους, τότε  
 σαλπίζουν, έπειτα παίζουν θέατρο. Έτσι κ' εσύ: τότε είσαι α-  
 θλητής, τότε μονομάχος, έπειτα ρήτορας, έπειτα φιλόσοφος,  
 αλλά τίποτε με όλη την ψυχή σου. Σαν πίθηκος, λοιπόν, μιμείσαι  
 οτιδήποτε τύχει να δεις, και σου αρέσει το ένα μετά το άλλο,  
 γιατί σε τίποτε δεν κατέληξες μετά από σκέψη, ούτε το εξέτασες  
 από παντού, αλλά επιλέγεις άσκοπα και με ψυχρή επιθυμία. Έ-  
 τσι και κάποιοι που είδαν έναν φιλόσοφο και που άκουσαν κά-  
 ποιον να μιλά, όπως μιλά ο Ευφράτης<sup>6</sup> – αν και ποιός δύναται να  
 μιλήσει όπως εκείνος; – θέλουν και οι ίδιοι να γίνουν φιλόσο-  
 φοι. Άνθρωπε, πρώτα εξέτασε τι ακριβώς είναι αυτό το πράγμα.  
 Έπειτα μάθε και την δική σου φύση: αν δύνασαι να το αντέξεις.  
 Επιθυμείς ν' ασχοληθείς με το πένταθλο ή με την πάλη; Δες  
 τους βραχιόνες σου, τους μηρούς, δοκίμασε την οσφύ σου. Κα-  
 θένας γιά κάτι άλλο γεννήθηκε. Θεωρείς ότι, κάνοντας αυτά, με  
 τον ίδιο τρόπο δύνασαι να τρως, με τον ίδιο τρόπο να πίνεις,  
 ομοίως να ορέγεςαι, ομοίως να δυσαρεστείσαι; Πρέπει ν' αγρυ-  
 πνείς, να καταπονείσαι, ν' απομακρυνθείς απ' τους οικείους  
 σου, να καταφρονηθείς από ένα παιδάριο, να καταγελαστείς απ'  
 όλους, να μειονεκτείς σε όλα, στις τιμές, στ' αξιώματα, στην  
 δικαιοσύνη, σε κάθε μικροπράγμα. Αυτά πρέπει να καλοσκε-

ντί. ταῦτα ἐπίσκεψαι. εἰ θέλεις ἀντικαταλλάξασθαι τούτων ἀπάθειαν, ἐλευθερίαν, ἀταραξίαν· εἰ δὲ μή, μὴ προσάγαγε. μὴ ὡς τὰ παιδιὰ νῦν φιλόσοφος, ὕστερον δὲ τελώνης, εἴτα ῥήτωρ, εἴτα ἐπίτροπος Καίσαρος. ταῦτα οὐ συμφωνεῖ. ἓνα σε δεῖ ἄνθρωπον ἢ ἀγαθὸν ἢ κακὸν εἶναι· ἢ τὸ ἡγεμονικόν σε δεῖ ἐξεργάζεσθαι τὸ σαυτοῦ ἢ τὸ ἐκτὸς ἢ περὶ τὰ ἔσω φιλοτεχνεῖν ἢ περὶ τὰ ἔξω· τοῦτ' ἔστιν ἢ φιλοσόφου τάξιν ἐπέχειν ἢ ιδιώτου.

30

I

Τὰ καθήκοντα ὡς ἐπίπαν ταῖς σχέσεσι παραμετρεῖται. πατήρ ἐστίν· ὑπαγορεύεται ἐπιμελεῖσθαι, παραχωρεῖν ἀπάντων, ἀνέχεσθαι λοιδοροῦντος, παίοντος. «ἀλλὰ πατήρ κακός ἐστι». μή τι οὖν πρὸς ἀγαθὸν πατέρα φύσει ὤκειώθης; ἀλλὰ πρὸς πατέρα. «ὁ ἀδελφὸς ἀδικεῖ.» τήρει τοιγαροῦν τὴν τάξιν τὴν σεαυτοῦ πρὸς αὐτὸν μηδὲ σκόπει, τί ἐκεῖνος ποιεῖ, ἀλλὰ τί σοὶ ποιήσαντι κατὰ φύσιν ἢ σὴ ἔξει προαίρεσις· σὲ γὰρ ἄλλος οὐ βλάψει, ἂν μὴ σὺ θέλῃς· τότε δὲ ἔση βεβλαμμένος, ὅταν ὑπολάβῃς βλάπτεσθαι. οὕτως οὖν ἀπὸ τοῦ γείτονος, ἀπὸ τοῦ πολίτου, ἀπὸ τοῦ στρατηγοῦ τὸ καθήκον εὐρήσεις, ἂν τὰς σχέσεις ἐθίζῃ θεωρεῖν.

31

I

Τῆς περὶ τοὺς θεοὺς εὐσεβείας ἴσθι ὅτι τὸ κυριώτατον ἐκεῖνό ἐστιν, ὁρθὰς ὑπολήψεις περὶ αὐ-

φτεῖς, ἀν θέλεις μ' αὐτά ν' ανταλλάξεις τὴν ἀπάθεια, τὴν ἐλευθερία, τὴν ἀταραξία. Εἰδεμή, μὴν τα πλησιάζεις, μὴν γίνεσαι σὰν τὰ παιδιὰ· τώρα φιλόσοφος, ὕστερα τελώνης, ἐπειτα ρήτορας, ἐπειτα ἐπίτροπος τοῦ Καίσαρα. Αὐτὰ δὲν συμφωνοῦν μετὰ ξὺ τους. Ἐνας ἄνθρωπος πρέπει νὰ εἰσαι: ἀγαθὸς ἢ κακός. Ἡ το ἡγεμονικὸ μέρος τῆς ψυχῆς σου πρέπει νὰ ἐπεξεργάζεσαι ἢ τα ἐξωτερικά πράγματα. Ἡ γιὰ τα εσωτερικά πράγματα νὰ ἐργάζεσαι ἢ γιὰ τα ἐξωτερικά. Δηλαδή: νὰ κατέχεις ἢ θέσῃ φιλοσόφου ἢ θέσῃ κοινού ἀνθρώπου.

λ'

Κατὰ τὸ πλείστον, τὰ καθήκοντα προσμετροῦνται ὡς πρὸς τις σχέσεις μας. Ἐχεις πατέρα. Ὑπαγορεύεται νὰ τον ἐπιμελείσαι, νὰ υποχωρεῖς σὲ ὅλα, νὰ τον ἀνέχεσαι ὅταν σε λοιδορεῖ ἢ σε χτυπά. «Εἶναι κακὸς πατέρας». Μήπως, ὁμως, ἡ φύση σου ἔδωσε ἀγαθὸ πατέρα; Ὁχι. Σοὺ ἔδωσε πατέρα. «Ὁ ἀδελφός με ἀδικεῖ». Τήρησε τὴν δική σου στάση ἀπέναντί του. Μὴν ἐξετάζεις τι κάνει ἐκεῖνος, ἀλλὰ τι θα κάνεις ἐσὺ ὥστε ἡ προαίρεσή σου νὰ ἐνεργεῖ σύμφωνα με τὴν φύση. Ἄλλος ἐσένα δὲν θα βλάψει, ἀν ἐσὺ δὲν θέλεις. Τότε θα υποστείς βλάβη, ὅταν θεωρήσεις ὅτι βλάπτεσαι. Ἔτσι, λοιπόν, θα βρεῖς τι πρέπει νὰ περιμένεις ἀπὸ τὸν γείτονα, ἀπὸ τὸν συμπολίτη, ἀπὸ τὸν στρατηγὸ, ἀν ἐθιστεῖς νὰ ἐξετάζεις τις σχέσεις σου.

λα'

Νὰ ξέρεις ὅτι τὸ κυριώτατο ὡς πρὸς τὴν εὐσέβεια πρὸς τοὺς Θεοὺς εἶναι τοῦτο: νὰ ἔχεις ὀρθὴς ἀντιλήψεις<sup>7</sup> γι' αὐτούς, δηλα-

τῶν ἔχειν ὡς ὄντων καὶ διοικούντων τὰ ὅλα κα-  
 λῶς καὶ δικαίως καὶ σαυτὸν εἰς τοῦτο κατατετα-  
 χέναι, τὸ πείθεσθαι αὐτοῖς καὶ εἶκιν πᾶσι τοῖς  
 γινομένοις καὶ ἀκολουθεῖν ἐκόντα ὡς ὑπὸ τῆς ἀ-  
 ρίστης γνώμης ἐπιτελουμένοις. οὕτω γὰρ οὐ μέμ-  
 2 ψη ποτὲ τοὺς θεοὺς οὐτὲ ἐγκαλέσεις ὡς ἀμελού-  
 μενος. ἄλλως δὲ οὐχ οἶόν τε τοῦτο γίνεσθαι, ἐὰν  
 μὴ ἄρης ἀπὸ τῶν οὐκ ἔφ' ἡμῖν καὶ ἐν τοῖς ἔφ' ἡ-  
 μῖν μόνοις θῆς τὸ ἀγαθὸν καὶ τὸ κακόν. ὡς, ἂν  
 γέ τι ἐκείνων ὑπολάβῃς ἀγαθὸν ἢ κακόν, πᾶσα  
 ἀνάγκη, ὅταν ἀποτυγχάνῃς ὧν θέλεις καὶ περι-  
 πίπτῃς οἷς μὴ θέλεις, μέμψασθαι σε καὶ μισεῖν  
 3 τοὺς αἰτίους. πέφυκε γὰρ πρὸς τοῦτο πᾶν ζῶον  
 τὰ μὲν βλαβερὰ φαινόμενα καὶ τὰ αἷτια αὐτῶν  
 φεύγειν καὶ ἐκτρέπεσθαι, τὰ δὲ ὠφέλιμα καὶ τὰ  
 αἷτια αὐτῶν μετιέναι τε καὶ τεθηπέναι. ἀμήχα-  
 νον οὖν βλάπτεσθαι τινα οἰόμενον χαίρειν τῷ  
 δοκοῦντι βλάπτειν, ὥσπερ καὶ τὸ αὐτῇ τῇ βλάβῃ  
 4 χαίρειν ἀδύνατον. ἐνθεν καὶ πατήρ ὑπὸ νιοῦ  
 λοιδορεῖται, ὅταν τῶν δοκούντων ἀγαθῶν εἶναι  
 τῷ παιδί μὴ μεταδιδῶ καὶ Πολυνείκην καὶ Ἐτεο-  
 κλέα τοῦτ' ἐποίησε πολεμίους ἀλλήλοις τὸ ἀγα-  
 θὸν οἶεσθαι τὴν τυραννίδα. διὰ τοῦτο καὶ ὁ γε-  
 ωργὸς λοιδορεῖ τοὺς θεοὺς, διὰ τοῦτο ὁ ναύτης,  
 διὰ τοῦτο ὁ ἔμπορος, διὰ τοῦτο οἱ τὰς γυναῖκας  
 καὶ τὰ τέκνα ἀπολλύντες. ὅπου γὰρ τὸ συμφέ-  
 ρον, ἐπεὶ καὶ τὸ εὐσεβές. ὥστε, ὅστις ἐπιμελεῖται

δὴ ὅτι ὑπάρχουν καὶ διοικούν το σύμπαν ωραία καὶ δίκαια. Να  
 τάξεις τον εαυτό σου σε τούτο: να πειθαρχεῖς σ' αὐτούς καὶ ν'  
 αποδέχεσαι ὅλα ὅσα γίνονται, κ' ἐκούσια να τ' ἀκολουθεῖς, σαν  
 να ἐπιτελοῦνται ὅλα ἀπὸ τὴν ἀρίστη διάνοια. Ἐτσι, οὔτε θα  
 μεμφθεῖς ποτὲ τοὺς Θεοὺς οὔτε θα τοὺς ἐγκαλέσεις ὡς ἀμελού-  
 μενος. Ἀλλιῶς, λοιπόν, δεν μπορεῖ να γίνεῖ τούτο, παρὰ μόνον  
 ἀν ἄρεις το ἀγαθὸ καὶ το κακὸ ἀπ' ὅσα δεν ἐξαρτῶνται ἀπὸ ἐμᾶς  
 καὶ το θέσεις μόνον σε ὅσα ἐξαρτῶνται ἀπὸ ἐμᾶς. Ἀν ἐκλάβεις  
 ὡς ἀγαθὸ ἢ κακὸ κάτι ἀπὸ τα πρῶτα, κατ' ἀπόλυτη ἀνάγκη θα  
 μεμφθεῖς καὶ θα μισήσεις τοὺς υπαίτιους ὅταν ἀποτύχεις σε ὅσα  
 θέλεις καὶ περιπέσεις σε ὅσα δεν θέλεις. Ἐκ φύσεως κάθε ζῶ-  
 ντανὸν οὐ τείνει ν' ἀποφεύγει καὶ να ἐκτρέπεται ἀπ' ὅσα φαίνο-  
 νται βλαβερά, καθὼς καὶ ἀπὸ τις αἰτίες τοὺς, ἐνῶ τα ὠφέλιμα,  
 καθὼς καὶ τις αἰτίες τοὺς, τα ἐπιζητεῖ καὶ τα σέβεται. Εἶναι, λοι-  
 πόν, ἀδιανόητο γιὰ κάποιον να θεωρεῖ ὅτι βλάπτεται καὶ να χαί-  
 ρεται μ' αὐτὸ που οἰδὸς νομίζει ὅτι τον βλάπτει, ὅπως ἀκριβῶς  
 εἶναι ἀδύνατο να χαίρεται καὶ με τὴν ἴδια τὴν βλάβῃ. Γι' αὐτὸ  
 καὶ ο πατέρας λοιδορεῖται ἀπ' τον γιό, ὅταν δεν μεταδίδει στο  
 παιδί του ἀπὸ ἐκεῖνα που θεωροῦνται ἀγαθὰ. Αὐτὸ ἔκανε πολέ-  
 μους μεταξύ τοὺς τον Πολυνείκη καὶ τον Ἐτεοκλή<sup>8</sup>: τὸ ὅτι θεώ-  
 ρησαν ἀγαθὸ πρᾶγμα τὴν τυραννίδα. Γι' αὐτὸ καὶ ο γεωργὸς  
 λοιδορεῖ τοὺς Θεοὺς, γι' αὐτὸ καὶ ο ναύτης, γι' αὐτὸ καὶ ὁ ἔμπο-  
 ρος, γι' αὐτὸ καὶ ὅσοι χάνουν τις γυναῖκες καὶ τα παιδιά τοὺς,  
 ἐπειδὴ ὅπου βρίσκεται τὸ συμφέρον, ἐκεῖ βρίσκεται καὶ ἡ εὐσέ-  
 βεια. Ἄρα, ὅποιος ἐπιμελεῖται ὅπως πρέπει τὴν ὁρεξὶ καὶ τὴν

5 τοῦ ὀρέγεσθαι ὥς δεῖ καὶ ἐκκλίνειν, ἐν τῷ αὐτῷ  
καὶ εὐσεβείας ἐπιμελεῖται. σπένδειν δὲ καὶ θύειν  
καὶ ἀπάρχεσθαι κατὰ τὰ πάτρια ἐκάστοτε προ-  
σῆκει καθαρῶς καὶ μὴ ἐπισεσυρμένως μηδὲ ἁμε-  
32 λῶς μηδὲ γε γλίσχρως μηδὲ ὑπὲρ δύναμιν.  
1 Ὅταν μαντικῇ προσίης, μέμνησο, ὅτι, τί μὲν ἀπο-  
βήσεται, οὐκ οἶδας, ἀλλὰ ἦκεις ὥς παρὰ τοῦ μά-  
ντεως αὐτὸ πευσόμενος, ὁποῖον δέ τι ἐστίν, ἐλή-  
λυθας εἰδῶς, εἴπερ εἴ φιλόσοφος. εἰ γὰρ ἐστὶ τι  
2 τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν, πᾶσα ἀνάγκη μῆτε ἀγαθὸν αὐ-  
τὸ εἶναι μῆτε κακόν. μὴ φέρε οὖν πρὸς τὸν μά-  
ντιν ὀρεξίν ἢ ἐκκλίσιν μηδὲ τρέμων αὐτῷ πρό-  
σει, ἀλλὰ διεγνωκῶς, ὅτι πᾶν τὸ ἀποβησόμενον  
ἀδιάφορον καὶ οὐδὲν πρὸς σέ, ὁποῖον δ' ἂν ἦ, ἔ-  
σται αὐτῷ χρήσασθαι καλῶς καὶ τοῦτο οὐθεὶς  
κωλύσει. θαρρόων οὖν ὥς ἐπὶ συμβούλους ἔρχου  
τοὺς θεοὺς καὶ λοιπόν, ὅταν τί σοι συμβουλευ-  
θῇ, μέμνησο τίνας συμβούλους παρέλαβες καὶ τί-  
3 νων παρακούσεις ἀπειθήσας. ἔρχου δὲ ἐπὶ τὸ μα-  
ντεύεσθαι, καθάπερ ἡξίου Σωκράτης, ἐφ' ᾧ ὦν ἢ  
πᾶσα σκέψις τὴν ἀναφορὰν εἰς τὴν ἑκβασιν ἔχει  
καὶ οὔτε ἐκ λόγου οὔτε ἐκ τέχνης τινὸς ἄλλης ἀ-  
φορμαὶ δίδονται πρὸς τὸ συνιδεῖν τὸ προκειμέ-  
νον ὥστε, ὅταν δεῖσῃ συγκινδυνεῦσαι φίλῳ ἢ  
πατρίδι, μὴ μαντεύεσθαι, εἰ συγκινδυνευτέον.

ἐκκλισι, ταυτόχρονα ἐπιμελεῖται καὶ τὴν ευσέβεια. Πάντοτε, ὁμως, ταιριάζει νὰ κάνεις σπονδὲς καὶ θυσίεσ' καὶ νὰ προσφέ-  
ρεις τις ἀπαρχές – κατὰ τὰ πάτρια ἔθιμα – με καθαρότητα καὶ  
χωρὶς νοθρότητα, χωρὶς ἀμέλεια, οὔτε φειδωλά οὔτε πάνω ἀπ'  
τις δυνατότητές σου.

λβ'

Ὅταν προσφεύγεις στὴν μαντικὴ τέχνη, νὰ θυμάσαι ὅτι δεν  
γνωρίζεις τι θα συμβεῖ στο τέλος, ἀλλὰ ὅτι ἦρθες γιὰ νὰ το πλη-  
ροφορηθεῖς ἀπὸ τὸν μάντη. Ἀν, ὁμως, εἶσαι φιλόσοφος, ἦρθες  
γνωρίζοντας γιὰ ποιὸ πράγμα πρόκειται. Ἀν εἶναι κάτι ἀπ' ὅσα  
δεν εξαρτῶνται ἀπὸ ἐμᾶς, κατ' ἀπόλυτη ἀνάγκη αὐτὸ δεν εἶναι  
μῆτε ἀγαθὸ μῆτε κακὸ. Μὴν φέρνεις, λοιπόν, στὸν μάντη οὔτε  
τὴν ὀρεξὶ οὔτε τὴν ἐκκλίσή σου, οὔτε νὰ τὸν πλησιάζεις τρέμο-  
ντας, ἀλλὰ γνωρίζοντας ὅτι, καθετὶ που θα συμβεῖ, εἶναι ἀδιά-  
φορο καὶ ανεξάρτητο ἀπὸ ἐσένα, καὶ ὁποῖο καὶ νὰ εἶναι, ὁ ἴδιος  
θα τὸ χρησιμοποιοῦσεις καλῶς καὶ κανεῖς δεν θα σε κωλύσει σ'  
αὐτό. Πήγαινε, λοιπόν, στους Θεοὺς με θάρρος, σαν νὰ πηγαί-  
νεις σε συμβούλους. Στὴν συνέχεια, ὅταν σου δοθεῖ κάποια  
συμβουλή, θυμήσου ποιούς συμβούλους παρέλαβες καὶ ποιούς  
θα παρακούσεις, ἀν ἀπειθαρχήσεις. Νὰ προσφεύγεις, λοιπόν,  
στὴν μαντικὴ τέχνη – ὅπως ἀκριβῶς ἀξίωσε ὁ Σωκράτης – γιὰ  
ὅσα πράγματα ολόκληρη ἡ σκέψη σου ἔχει τὴν ἀναφορὰ τῆς  
στὴν ἑκβασή τους, καὶ οὔτε ἀπὸ τὸν συλλογισμό οὔτε ἀπὸ κά-  
ποια ἄλλη τέχνη δίνονται οἱ ἀφορμές γιὰ νὰ ἔχεις μιὰ ιδέα περὶ  
τοῦ προκειμένου ὥστε, ὅταν χρειαστεῖ νὰ συγκινδυνεύσεις με  
φίλο ἢ με τὴν πατρίδα, μὴ χρησιμοποιοῖς τὴν μαντικὴ τέχνη,

καὶ γὰρ ἂν προείπῃ σοι ὁ μάντις φαῦλα γεγονέναι τὰ ἱερά, δῆλον ὅτι θάνατος σημαίνεται ἢ πῆρως μέρους τινὸς τοῦ σώματος ἢ φυγὴ ἀλλ' αἰρεῖ ὁ λόγος καὶ σὺν τούτοις παρίστασθαι τῷ φίλῳ καὶ τῇ πατρίδι συγκινδυνεύειν. τοιγαροῦν τῷ μεῖζονι μάντει πρόσεχε, τῷ Πυθίῳ, δς ἐξέβαλε τοῦ ναοῦ τὸν οὐ βοηθήσαντα ἀναιρουμένῳ τῷ φίλῳ. Τάξον τινὰ ἤδη χαρακτηρὰ σαυτῷ καὶ τύπον, ὃν φυλάξεις ἐπὶ τε σεαυτοῦ ὦν καὶ ἀνθρώποις ἐντυγχάνων. καὶ σιωπὴ τὸ πολὺ ἔστω ἢ λαλίσθω τὰ ἀναγκαῖα καὶ δι' ὀλίγων. σπανίως δέ ποτε καιροῦ παρακαλοῦντος ἐπὶ τὸ λέγειν λέξον μὲν, ἀλλὰ περὶ οὐδενὸς τῶν τυχόντων μὴ περὶ μονομαχιῶν, μὴ περὶ ἵπποδρομιῶν, μὴ περὶ ἀθλητῶν, μὴ περὶ βρωμάτων ἢ πομάτων, τῶν ἐκασταχοῦ, μάλιστα δὲ μὴ περὶ ἀνθρώπων ψέγων ἢ ἐπαινῶν ἢ συγκρίνων. ἂν μὲν οὖν οἷός τε ἦς, μετάγαγε τοῖς σοῖς λόγοις καὶ τοῖς τῶν συνόντων ἐπὶ τὸ προσῆκον. εἰ δὲ ἐν ἀλλοφύλοις ἀποληφθεῖς τύχοις, σιώπα. γέλως μὴ πολὺς ἔστω μηδὲ ἐπὶ πολλοῖς μηδὲ ἀνειμένους. ὄρκον παραίτησαι, εἰ μὲν οἷόν τε, εἰς ἅπαν, εἰ δὲ μή, ἐκ τῶν ἐνόντων. ἐστιάσεις τὰς ἔξω καὶ ἰδιωτικὰς διακροῦ· ἂν δέ ποτε γίνηται καιρός, ἐντετάσθω σοι ἡ προσοχή, μήποτε ἄρα ὑπορρυῆς εἰς ἰδιωτισμόν.

ρωτώντας ἂν πρέπει νὰ συγκινδυνεύσεις ἐπειδὴ, ἂν ὁ μάντης προβλέψῃ ὅτι ἡ θυσία σου δὲν ἔχει εὐνοϊκὴ ἐκβάση, εἶναι πρόδηλο ὅτι σημαίνεται θάνατος ἢ ἀκρωτηριασμός κάποιου μέρους τοῦ σώματός σου ἢ ἐξορία. Ὁ συλλογισμός, ὅμως, ἀναδέχεται ὅτι – παρ' ὅλ' αὐτὰ – θα συμπαρασταθεῖς στὸν φίλο καὶ θα συγκινδυνεύσεις με τὴν πατρίδα. Πρόσεξε, λοιπόν, τὸν μέγιστο μάντη, τὸν Πύθιο<sup>10</sup>, ποὺ ἐξέβαλε ἀπὸ τὸν ναὸ τοῦ ἐκείνων, ὁ οὗ ποῖος δὲν βοήθησε τὸν φίλο τοῦ ποὺ δολοφονοῦνταν.

λγ'

Καθόρισε ἀπὸ τώρα γιὰ τὸν εαυτὸ σου ἓναν χαρακτήρα καὶ τύπο, τὸν ὁποῖο θα διαφυλάττεις καὶ ὅταν βρίσκεσαι με τὸν εαυτὸ σου καὶ ὅταν βρίσκεσαι με ἄλλους ἀνθρώπους. Τὸν περισσότερο καιρὸ νὰ σιωπᾷς ἢ νὰ λες τ' ἀναγκαῖα με λίγα λόγια. Σπάνια, ὅταν σου δοθεῖ ευκαιρία γιὰ νὰ μιλήσεις, μίλησε, ἀλλὰ γιὰ τίποτε τυχαῖο. Οὔτε γιὰ μονομαχίες οὔτε γιὰ ἵπποδρομίες οὔτε γιὰ ἀθλητές οὔτε γιὰ τροφές ἢ ποτὰ – θέματα ποὺ συζητιοῦνται παντοῦ – καὶ μάλιστα οὔτε γι' ἀνθρώπους, ψέγοντας ἢ ἐπαινώντας ἢ συγκρίνοντάς τους. Ἀν σου εἶναι δυνατό, ὁδήγησε με τὰ λόγια σου πρὸς τὸ κατάλληλο θέμα τὰ λόγια τῶν συντρόφων σου. Ἀν τύχει ν' ἀπομείνεις μεταξύ ξένων, σῶπα. Μὴν γελάς πολὺ, οὔτε γιὰ πολλὰ πράγματα οὔτε ἀκράτητα. Παραίτησου ἀπὸ ὀρκους. Ἀν σου εἶναι δυνατό, τελείως. Ἀν ὀχι, ὅσο μπορείς. Ν' ἀποκρούεις τις συνεστιάσεις ποὺ δὲν σχετίζονται με τὴν φιλοσοφία καὶ ποὺ ἀφοροῦν τοὺς κοινούς ἀνθρώπους. Ἀν ἔρθῃ κάποτε ὁ καιρὸς, νὰ ἐντείνεις τὴν προσοχή σου, ὥστε νὰ μὴν υπορρεύσεις στὴν θέση τῶν κοινῶν ἀνθρώπων. Γνώριζε, λοιπόν,

ἴσθι γάρ, ὅτι, ἐὰν ὁ ἑταῖρος ἢ μεμολυσμένος, καὶ  
 τὸν συνανατριβόμενον αὐτῷ συμμολύνεσθαι ἀ-  
 7 νάγκη, κἂν αὐτὸς ὦν τύχη καθαρὸς. τὰ περὶ τὸ  
 σῶμα μέχρι τῆς χρεῖας ψιλῆς παραλάμβανε, οἷον  
 τροφάς, πόμα, ἀμπεχόνην, οἰκίαν, οἰκετίαν· τὸ  
 8 δὲ πρὸς δόξαν ἢ τρυφὴν ἅπαν περιέγραφε. περὶ  
 ἀφροδίσια εἰς δύναμιν πρὸ γάμου καθαρευτέον·  
 ἀπτομένῳ δὲ ὦν νόμιμόν ἐστι μεταληπτέον. μὴ  
 μέντοι ἐπαχθῆς γίνων τοῖς χρωμένοις μηδὲ ἐλε-  
 γκτικὸς μηδὲ πολλαχοῦ τὸ ὅτι αὐτὸς οὐ χρῆ, πα-  
 9 ράφερε. ἐὰν τίς σοι ἀπαγγεῖλῃ ὅτι ὁ δεινὰ σε κα-  
 κῶς λέγει, μὴ ἀπολογοῦ πρὸς τὰ λεχθέντα, ἀλλ’  
 ἀποκρίνου διότι «ἡγνόμεν γὰρ τὰ ἄλλα τὰ προσό-  
 10 ντα μοι κακά, ἐπεὶ οὐκ ἂν ταῦτα μόνα ἔλεγεν».  
 εἰς τὰ θέατρα τὸ πολὺ παριέναι οὐκ ἀναγκαῖον.  
 εἰ δέ ποτε καιρὸς εἴῃ, μηδενὶ σπουδάζων φαίνου  
 ἢ σεαυτῷ, τοῦτ’ ἔστι. θέλε γίνεσθαι μόνα τὰ γι-  
 νόμενα καὶ νικᾶν μόνον τὸν νικῶντα· οὕτω γὰρ  
 οὐκ ἐμποδισθήσῃ. βοῆς δὲ καὶ τοῦ ἐπιγελαῖν τι-  
 νι ἢ ἐπὶ πολὺ συγκινεῖσθαι παντελῶς ἀπέχου. καὶ  
 μετὰ τὸ ἀπαλλαγῆναι μὴ πολλὰ περὶ τῶν γεγενη-  
 μένων διαλέγου, ὅσα μὴ φέρει πρὸς τὴν σὴν ἐπα-  
 11 νόρθωσιν· ἐμφαίνεται γὰρ ἐκ τοῦ τοιοῦτου, ὅτι  
 ἐθαύμασας τὴν θέαν. εἰς ἀκροάσεις τινῶν μὴ εἰ-  
 κῇ μηδὲ ῥαδίως πάρηθι· παριῶν δὲ τὸ σεμνὸν καὶ  
 12 τὸ εὐστάθες καὶ ἅμα ἀνεπαχθὲς φύλασσε. ὅταν

ὅτι εἴαν ὁ εταῖρος εἶναι μολυσμένος, κατ’ ἀνάγκη μολύνεται κο-  
 ντά του καὶ αὐτός που τον συναναστρέφεται, ἀκόμη καὶ ἀν τύχει  
 νὰ εἶναι καθαρὸς. Τ’ ἀπαραίτητα γιὰ τὸ σῶμα νὰ τὰ παίρνεις  
 στὸν βαθμὸ που τὰ χρειάζεσαι, ὅπως τις τροφές, τὸ ποτό, τὸ α-  
 μπέχονο, τὴν οἰκία, τὸν ὑπηρέτη. Διέγραψε ὅλα ὅσα ἀποβλέ-  
 πουν στὴν δόξα ἢ στὴν τρυφή. Ὡς πρὸς τις ἀφροδίσιες ἀπολαύ-  
 σεις, μείνε κατὰ τὸ δυνατόν καθαρὸς πρὸ τοῦ γάμου. Ἀν δοκι-  
 μάσεις, κάνε ὅσα εἶναι νόμιμα. Σ’ αὐτούς, που κάνουν χρῆση  
 τῶν ἀφροδισίων ἀπολαύσεων, μὴ γίνεσαι φορτικὸς οὔτε ἐλε-  
 γκτικὸς. Οὔτε παντοῦ ν’ ἀναφέρεις ὅτι ὁ ἴδιος δὲν κάνεις χρῆση  
 αὐτῶν. Ἀν κάποιος σου ἀναγγεῖλει ὅτι ὁ δεινὰ σε κακολογεῖ,  
 μὴ ἀπολογεῖσαι γιὰ τὰ λεχθέντα, ἀλλ’ ἀποκρίσου ὅτι «το κάνει  
 ἐπειδὴ ἀγνοεῖ τὰ υπόλοιπα ἐλαττώματά μου, ἀλλιῶς δὲν θὰ ἐλε-  
 γε μόνον τούτα». Δὲν εἶναι ἀναγκαῖο νὰ πολυσυχνάζεις στὰ θέα-  
 τρα. Ἀν ἔρθει κάποτε ὁ καιρὸς, δεῖξε ὅτι δὲν σ’ ἐνδιαφέρει κα-  
 νεὶς ἄλλος, παρὰ ὁ εαυτός σου. Δηλαδή: θέλε νὰ γίνονται μόνον  
 ὅσα γίνονται, καὶ νὰ νικά μόνον ὁποῖος νικά. Ἐτσι, λοιπόν, δὲν  
 θὰ συναντᾷς ἐμπόδια. Παντελῶς ν’ ἀπέχεις ἀπὸ τὴν βοή καὶ ἀπὸ  
 τὰ γέλια σὲ βάρος κάποιου καὶ ἀπὸ τις μεγάλες συγκινήσεις, καὶ  
 ἀφοῦ ἀπαλλαγείς ἀπὸ αὐτά, μὴ λες πολλὰ γιὰ ὅσα ἔχουν γίνει,  
 τόσα που δὲν θὰ συμβάλουν στὴν ἐπανόρθωσή σου, γιατί ἀπὸ  
 μιὰ τέτοια ἀντίδραση θ’ ἀφήσεις τὴν ἐντύπωση ὅτι θαύμασες τὸ  
 θέαμα. Μὴν παρευρίσκεσαι οὔτε ἀσκοπα οὔτε εὐκόλα σὲ ἀκρο-  
 άσεις διαφόρων. Ἀν παρευρεθῇς, διαφύλαξε τὴν σεμνότητα καὶ  
 τὴν ευστάθειά σου, καὶ συνάμα μὴ γίνεσαι φορτικὸς. Ὅταν

τινὶ μέλλης συμβαλεῖν, μάλιστα τῶν ἐν ὑπεροχῇ  
δοκούντων, πρόβαλε σαυτῷ, τί ἂν ἐποίησεν ἐν  
τούτῳ Σωκράτης ἢ Ζήνων, καὶ οὐκ ἀπορήσεις  
13 τοῦ χρήσασθαι προσηκόντως τῷ ἐμπεσόντι. ὅταν  
φοιτᾷς πρὸς τινα τῶν μέγα δυναμένων, πρόβαλε,  
ὅτι οὐχ εὐρήσεις αὐτὸν ἔνδον, ὅτι ἀποκλεισθή-  
ση, ὅτι ἐντιναχθήσονται σοι αἱ θύραι, ὅτι οὐ  
φροντιεῖ σου. κὰν σὺν τούτοις ἐλθεῖν καθήκη,  
ἐλθὼν φέρε τὰ γινόμενα καὶ μηδέποτε εἴπῃς αὐ-  
14 τὸς πρὸς ἑαυτὸν ὅτι «οὐκ ἦν τοσούτου»· ἰδιωτι-  
κὸν γὰρ καὶ διαβεβλημένον πρὸς τὰ ἑκτός. ἐν  
ταῖς ὁμιλίαις ἀπέστω τὸ ἑαυτοῦ τινων ἔργων ἢ  
κινδύνων ἐπὶ πολὺ καὶ ἀμέτρως μεμνησθαι. οὐ  
γάρ, ὥς σοι ἡδύ ἐστι τὸ τῶν σῶν κινδύνων με-  
μνησθαι, οὕτω καὶ τοῖς ἄλλοις ἡδύ ἐστι τὸ τῶν  
15 σοὶ συμβεβηκότων ἀκούειν. ἀπέστω δὲ καὶ τὸ γέ-  
λωτα κινεῖν ὀλισθηρὸς γὰρ ὁ τρόπος εἰς ἰδιωτι-  
σμὸν καὶ ἅμα ἱκανὸς τὴν αἰδῶ τὴν πρὸς σὲ τῶν  
16 πλησίον ἀνιέναι. ἐπισηφάλες δὲ καὶ τὸ εἰς αἰ-  
σχρολογίαν προελθεῖν. ὅταν οὖν τι συμβῇ τοιοῦ-  
τον, ἂν μὲν εὐκαιρον ᾖ, καὶ ἐπίπληξον τῷ προελ-  
θόντι· εἰ δὲ μή, τῷ γε ἀποσιωπῆσαι καὶ ἐρυθριᾶ-  
σαι καὶ σκυθρωπάσαι δηλὸς γίνου δυσχεραίνων  
τῷ λόγῳ.  
34  
1 Ὅταν ἡδονῆς τινος φαντασίαν λάβῃς, καθάπερ  
ἐπὶ τῶν ἄλλων, φύλασσε σαυτόν, μὴ συναρπα-

πρόκειται νὰ συναντήσῃς κάποιον – καὶ μάλιστα ἀπὸ ἐκείνους  
πὺ θεωροῦνται ὅτι υπερέχουν – φέρε στὸν νοῦ σου τι θὰ ἔκανε  
σ’ αὐτὴ τὴν περίπτωση ὁ Σωκράτης ἢ ὁ Ζήνων<sup>11</sup>, καὶ δὲν θὰ  
βρεθεῖς σὲ ἀμηχανία ὡς πρὸς τὸ πῶς ταιριάζει νὰ χειριστεῖς τὸ  
περιστατικό. Ὅταν ἐπισκέπτεσαι κάποιον ἀπὸ ἐκείνους πὺ ἔ-  
χουν μεγάλη δύναμη, φέρε στὸν νοῦ σου ὅτι δὲν θὰ τὸν βρεῖς  
κατ’ οἶκον, ὅτι θὰ σὲ κλείσουν ἀπ’ ἐξῶ, ὅτι θὰ σου κλείσουν τὶς  
θύρες κατὰ πρόσωπο, ὅτι δὲν θ’ ἀσχοληθεῖ μαζί σου. Ἀν, παρ’  
ὅλ’ αὐτά, οφείλεις νὰ πας, πῆγαινε καὶ ὑπόφερε αὐτά πὺ γίνο-  
νται καὶ ποτέ μὴν πεις ὁ ἴδιος στὸν ἑαυτὸ σου ὅτι «δὲν ἀξίζε τον  
κόπο», γιὰτὶ αὐτό εἶναι χαρακτηριστικό κοινὸ ἀνθρώπου καὶ  
ευεπιρέαστου ἀπὸ τὰ ἐξωτερικά πράγματα. Στὶς συνομιλίες ἀ-  
πόφευγε νὰ μνημονεύεις γιὰ πολλή ὥρα καὶ χωρὶς μέτρο τὰ ἔργα  
ἢ τοὺς κινδύνους σου, γιὰτὶ δὲν εἶναι τόσο ευχάριστο στὸς ἄλ-  
λους ν’ ἀκούν ὅσα σου συνέβησαν, ὅσο ευχάριστο εἶναι σ’ ἐσέ-  
να νὰ μνημονεύεις τοὺς κινδύνους σου. Απόφευγε τὴν πρόκλη-  
ση γέλιου, γιὰτὶ αὐτὴ ἡ συμπεριφορὰ διολισθαίνει πρὸς ἐκείνη  
τῶν κοινῶν ἀνθρώπων, καὶ συνάμα εἶναι ἱκανὴ νὰ ἀρεῖ τὸν σε-  
βασμὸ τῶν πλησίον σου πρὸς ἐσένα. Ὡστόσο, εἶναι ἐπισηφάλες  
νὰ περιπέσει κάποιος καὶ σ’ αἰσχρολογία. Ὅταν συμβεῖ κάτι τέ-  
τοιο, ἀν ἔχεις τὴν ευκαιρία, ἐπίπληξε ἐκείνον πὺ περιέπεσε σ’  
αἰσχρολογία. Ἀν ὄχι, σιωπώντας κ’ ἐρυθριάζοντας καὶ σκυθρω-  
πιάζοντας δήλωσε ὅτι δυσχερεστήθηκες μ’ αὐτά τὰ λόγια.

18’

Ὅταν προσλάβῃς κάποια ἡδονικὴ φαντασίωση, φύλαξε τὸν ἑ-  
αυτὸ σου – ὅπως ἀκριβῶς καὶ με τὶς ἄλλες φαντασιώσεις – γιὰ

σθῆς ὑπ' αὐτῆς· ἀλλ' ἐκδεξάσθω σε τὸ πρᾶγμα, καὶ ἀναβολὴν τινα παρὰ σεαυτοῦ λάβε. ἔπειτα μνήσθητι ἀμφοτέρων τῶν χρόνων, καθ' ὃν τε ἀπολαύσεις τῆς ἡδονῆς, καὶ καθ' ὃν ἀπολαύσας ὕστερον μετανοήσεις καὶ αὐτὸς σεαυτῷ λαιδορήσῃ καὶ τούτοις ἀντίθετος ὅπως ἀποσχόμενος χαίρῃσεις καὶ ἐπαινέσεις αὐτὸς σεαυτόν. ἐὰν δέ σοι καιρὸς φανῇ ἄψασθαι τοῦ ἔργου, πρόσεχε, μὴ ἡττήσῃ σε τὸ προσηγὲς αὐτοῦ καὶ ἡδὺ καὶ ἐπαγωγόν· ἀλλ' ἀντιτίθει, πόσῳ ἄμεινον τὸ συνειδέναι σεαυτῷ ταύτην τὴν νίκην νενικηκότι.

35

I

Ὅταν τι διαγνούς, ὅτι ποιητέον ἐστί, ποιῇς, μὴ δέποτε φύγῃς ὀφθῆναι πράσσων αὐτό, κἂν ἀλλοῖόν τι μέλλωσιν οἱ πολλοὶ περὶ αὐτοῦ ὑπολαμβάνειν. εἰ μὲν γὰρ οὐκ ὀρθῶς ποιεῖς, αὐτὸ τὸ ἔργον φεύγε· εἰ δὲ ὀρθῶς, τί φοβῇ τοὺς ἐπιπλήξοντας οὐκ ὀρθῶς;

36

I

Ὡς τὸ «ἡμέρα ἐστί» καὶ «νύξ ἐστί» πρὸς μὲν τὸ διεξευγμένον μεγάλην ἔχει ἀξίαν, πρὸς δὲ τὸ συμπεπλεγμένον ἀπαξίαν, οὕτω καὶ τὸ τὴν μεῖζω μερίδα ἐκλέξασθαι πρὸς μὲν τὸ σῶμα ἐχέτω ἀξίαν, πρὸς δὲ <τὸ> τὸ κοινωνικὸν ἐν ἐστιάσει, οἷον δεῖ, φυλάξαι, ἀπαξίαν ἔχει. ὅταν οὖν συνεσθίῃς

να μὴ συναρπασθεῖς ἀπὸ αὐτῇ. Ἄφησε τὸ πρᾶγμα να σε προσμένει καὶ λάβε μία ἀναβολὴ ἀπὸ τον εαυτό σου. Ἐπειτα σκέψου ἀμφοτέρω τα χρονικά διαστήματα: εκείνο κατά το οποίο θ' απολαύσεις την ἡδονή, κ' εκείνο κατά το οποίο θα μετανοήσεις καὶ ο ἴδιος θα λαιδορήσεις τον εαυτό σου αφού την απολαύσεις. Σ' αὐτά ἀντίταξε το πόσο θα χαρεῖς ἀπέχοντας, καὶ ο ἴδιος θα ἐπαινέσεις τον εαυτό σου. Αν σου φανεί ὅτι εἶναι ευκαιρία ν' ασχοληθεῖς με το ἔργο, πρόσεχε να μὴ σε νικήσει η προσήνεια, η γλυκύτητα καὶ η ἐλκυστικότητα του. Αντίταξε, λοιπόν, το πόσο καλύτερο εἶναι να συνειδητοποιήσεις ὅτι ο εαυτός σου ἔχει κερδίσει αὐτή την νίκη.

λε'

Ὅταν διαγνώσεις ὅτι κάτι πρέπει να γίνει καὶ το κάνεις, ποτέ μὴν ἀποφύγεις να σε δουν ὅτι το πράττεις, ἀκόμη καὶ αν οἱ πολλοὶ πρόκειται ν' ἀντιληφθῶν κάτι διαφορετικὸ γι' αὐτό. Αν, λοιπόν, δεν κάνεις κάτι ὀρθό, ἀπόφυγε το ἴδιο το ἔργο. Αν κάνεις κάτι ὀρθό, γιατί φοβάσαι ὅσους θα σε ἐπιπλήξουν λανθασμένα;

λστ'

Ὅπως οἱ ἔννοιες «εἶναι ἡμέρα» καὶ «εἶναι νύχτα» ἔχουν μεγάλη ἀξία ὄντας σε διάσταση, ἐνὼ δεν ἔχουν καμμία ἀξία ὄντας συμπλεγμένες, ἔτσι καὶ η ἐπιλογή τῆς μεγαλύτερης μερίδας ἔχει ἀξία γιὰ το σῶμα, ἀλλὰ δεν ἔχει ἀξία στην διαφύλαξη τῆς ὀρθῆς κοινωνικότητάς σου κατά τις συνεστιάσεις. Ὅταν, λοιπόν, τρῶς

ἐτέρῳ, μένησο, μὴ μόνον τὴν πρὸς τὸ σῶμα ἀξί-  
αν τῶν παρακειμένων ὁρᾶν, ἀλλὰ καὶ τὴν πρὸς  
37 τὸν ἐστιάτορα αἰδῶ φυλάξαι.

Ἴ Ἐὰν ὑπὲρ δύνῃσιν ἀναλάβῃς τι πρόσωπον, καὶ  
ἐν τούτῳ ἡσχημόνησας καί, ὃ ἡδύνασο ἐκπληρῶ-  
38 σαι, παρέλιπες.

Ἴ Ἐν τῷ περιπατεῖν καθάπερ προσέχεις, μὴ ἐπιβῆς  
ἦλῳ ἢ στρέψῃς τὸν πόδα σου, οὕτω πρόσεχε, μὴ  
καὶ τὸ ἡγεμονικὸν βλάβῃς τὸ σεαυτοῦ. καὶ τοῦ-  
το ἐὰν ἐφ' ἐκάστου ἔργου παραφυλάσσωμεν, ἀ-  
39 σφαλέστερον ἀψόμεθα τοῦ ἔργου.

Ἴ Μέτρον κτήσεως τὸ σῶμα ἐκάστῳ ὡς ὁ ποὺς ὑ-  
ποδήματος. ἐὰν μὲν οὖν ἐπὶ τούτου στήῃς, φυλά-  
ξεις τὸ μέτρον· ἐὰν δὲ ὑπερβῇς, ὡς κατὰ κρημνοῦ  
λοιπὸν ἀνάγκη φέρεσθαι· καθάπερ καὶ ἐπὶ τοῦ  
ὑποδήματος, ἐὰν ὑπὲρ τὸν πόδα ὑπερβῇς, γίνε-  
ται κατάχρυσον ὑπόδημα, εἴτα πορφυροῦν, κε-  
ντητόν. τοῦ γὰρ ἅπαξ ὑπὲρ τὸ μέτρον ὄρος οὐ-  
θείς ἐστίν.

40 Ἴ Αἱ γυναῖκες εὐθὺς ἀπὸ τεσσαρεσκαίδεκα ἔτων  
ὑπὸ τῶν ἀνδρῶν κυραῖα καλοῦνται. τοιγαροῦν

μαζί με ἄλλον, να θυμάσαι να μην βλέπεις μόνον την αξία που  
έχουν γιὰ το σῶμα τα παρακείμενα ἐδέσματα, ἀλλὰ και να δια-  
φυλάττεις την αἰδῶ πρὸς τον οἰκοδεσπότη.

λζ´

Αν ἀναλάβεις το ἔργο ἐνὸς προσώπου που υπερβαίνει τις ду-  
νάμεις σου, τότε και σ' αὐτὸ το ἔργο θα ντροπιαστείς και ἐκεῖνο,  
που θα μποροῦσες να ἐκπληρώσεις, το παρέλειπες.

λη´

Ὅπως ακριβῶς προσέχεις στον περίπατο ὥστε να μην πατήσεις  
καρφί ἢ να μην διαστρέψεις τὸ πόδι σου, ἔτσι να προσέχεις ὥστε  
να μην βλάβεις τὸ ἡγεμονικὸ μέρος τῆς ψυχῆς σου. Ἀν προφυ-  
λάσσουμε αὐτὸ σε κάθε ἔργο μας, ἀσφαλέστερα ξεκινῶμε το  
ἔργο.

λθ´

Μέτρο των ἀποκτημάτων καθενὸς εἶναι τὸ σῶμα του, ὅπως εἶ-  
ναι τὸ πόδι γιὰ τὸ υπόδημα. Ἐὰν μείνεις σταθερὸς σε τούτο, θα  
διαφυλάξεις τὸ μέτρο. Ἐὰν το υπερβείς, κατ' ἀνάγκη, στην συ-  
νέχεια, θα εἶσαι σαν να πηγαίνεις πρὸς τον γκρεμό. Ὅπως ακρι-  
βῶς και με τὸ υπόδημα: ἐὰν υπερβείς τὸ μέτρο τοῦ ποδιοῦ, το  
υπόδημα γίνεται κατάχρυσο, ἔπειτα πορφυρό, κεντητό, γιατί αν  
μία φορά υπερβείς τὸ μέτρο, μετὰ δεν ὑπάρχει κανένα ὄριο.

μ´

Οἱ γυναῖκες, εὐθὺς μετὰ ἀπὸ τα δεκατέσσερα ἔτη τους, καλοῦ-  
νται «κυρίες» ἀπὸ τους ἄνδρες. Βλέποντας τότε ὅτι δεν τις απο-

ὁρῶσαι, ὅτι ἄλλο μὲν οὐδὲν αὐταῖς πρόσεστι, μόνον δὲ συγκοιμῶνται τοῖς ἀνδράσι, ἄρχονται καλλωπίζεσθαι καὶ ἐν τούτῳ πάσας ἔχειν τὰς ἐλπίδας. προσέχειν οὖν ἄξιον, ἵνα αἰσθωνται, διότι ἐπ' οὐδενὶ ἄλλῳ τιμῶνται ἢ τῷ κόσμῳ φαίνεσθαι καὶ αἰδήμονες.

41

I

Ἀφυΐας σημείον τὸ ἐνδιατρίβειν τοῖς περὶ τὸ σῶμα, οἷον ἐπὶ πολὺν γυμνάζεσθαι, ἐπὶ πολὺν ἐσθίειν, ἐπὶ πολὺν πίνειν, ἐπὶ πολὺν ἀποπατεῖν, ὀχεύειν. ἀλλὰ ταῦτα μὲν ἐν παρέργῳ ποιητέον· περὶ δὲ τὴν γνώμην ἡ πᾶσα ἔστω ἐπιστροφή.

42

I

Ὅταν σέ τις κακῶς ποιῇ ἢ κακῶς λέγῃ, μέμνησο, ὅτι καθήκειν αὐτῷ οἰόμενος ποιεῖ ἢ λέγει. οὐχ οἷόν τε οὖν ἀκολουθεῖν αὐτὸν τῷ σοὶ φαινομένῳ, ἀλλὰ τῷ ἑαυτῷ, ὥστε, εἰ κακῶς αὐτῷ φαίνεται, ἐκεῖνος βλάπτεται, ὅστις καὶ ἐξηπάτηται. καὶ γὰρ τὸ ἀληθὲς συμπεπλεγμένον ἂν τις ὑπολάβῃ ψεῦδος, οὐ τὸ συμπεπλεγμένον βέβλαπται, ἀλλ' ὁ ἐξαπατηθεῖς. ἀπὸ τούτων οὖν ὁρμώμενος πρῶως ἕξεις πρὸς τὸν λοιδοροῦντα. ἐπιφθέγγου γὰρ ἐφ' ἐκάστῳ ὅτι «ἔδοξεν αὐτῷ».

43

I

Πᾶν πρᾶγμα δύο ἔχει λαβὰς, τὴν μὲν φορητὴν, τὴν δὲ ἀφόρητον. ὁ ἀδελφὸς ἐὰν ἀδικῇ, ἐντεῦθεν

μένει τίποτε ἄλλο, παρά μόνον να κοιμούνται με τους ἀνδρες, αρχίζουν να καλλωπίζονται και ν' αποθέτουν σ' αυτό όλες τις ἐλπίδες τους. Αξίζει να προσέξουμε ὥστε να αισθανθοῦν ὅτι γιὰ τίποτε ἄλλο δεν τιμῶνται, παρά γιὰ το ὅτι φαίνονται κόσμιες και αἰδήμονες.

μα'

Εἶναι σημάδι αφυΐας η έντονη ενασχόληση με τα σωματικά, ὅπως εἶναι η πολλή γυμναστική, το πολύ φαγητό, το πολύ ποτό, το πολύ αποπάτημα, η πολλή συνουσία. Αυτά πρέπει να γίνονται ως πάρεργα. Ολόκληρη η προσοχή ας εἶναι στραμμένη προς την διανόηση.

μβ'

Ὅταν κάποιος σε κακοποιεῖ ἢ σε κακολογεῖ, θυμήσου ὅτι το κάνει και το λέει θεωρώντας ὅτι αὐτό εἶναι το καθήκον του. Δεν εἶναι δυνατόν αὐτός ν' ἀκολουθεῖ ἐκεῖνο που σ' ἐσένα φαίνεται σωστό, ἀλλά ἐκεῖνο που στον ἴδιο φαίνεται τέτοιο ὥστε, αν δεν κατανοεῖ καλά, ἐκεῖνος βλάπτεται, ο οποίος ἔχει ἤδη εξαπατηθεῖ, ἐπειδὴ ἀκόμη και αν ἐκλάβει ως ψεῦδος τον αληθινὸ συλλογισμό, δεν βλάπτεται ο συλλογισμός, ἀλλά ο εξαπατημένος. Ὁρμώμενος ἀπὸ τούτα, θα εἶσαι πρὸς πρὸς αὐτὸν που σε λοιδορεῖ. Σε κάθε περίπτωση πες επιπλέον ὅτι «έτσι ἔκρινε αὐτός».

μγ'

Κάθε πράγμα ἔχει δύο λαβές: μία υποφερτή και μία ανυπόφορη. Εἰάν σε ἀδικεῖ ο ἀδελφός σου, μην πιαστείς ἀπὸ αὐτὴν την

αὐτὸ μὴ λάμβανε, ὅτι ἀδικεῖ (αὕτη γὰρ ἡ λαβὴ ἐστιν αὐτοῦ οὐ φορητὴ), ἀλλὰ ἐκεῖθεν μάλλον, ὅτι ἀδελφός, ὅτι σύντροφος, καὶ λήψῃ αὐτὸ καθ' ὃ φορητόν.

44

I

Οὗτοι οἱ λόγοι ἀσύννακτοι «ἐγὼ σου πλουσιώτερός εἰμι, ἐγὼ σου ἄρα κρείσσω»· «ἐγὼ σου λογιώτερος, ἐγὼ σου ἄρα κρείσσω». ἐκεῖνοι δὲ μάλλον συνακτικοί «ἐγὼ σου πλουσιώτερός εἰμι, ἢ ἐμὴ ἄρα κτήσις τῆς σῆς κρείσσω»· «ἐγὼ σου λογιώτερος, ἢ ἐμὴ ἄρα λέξις τῆς σῆς κρείσσω». σὺ δέ γε οὔτε κτήσις εἶ οὔτε λέξις.

45

I

Λούεται τις ταχέως· μὴ εἴπῃς ὅτι κακῶς, ἀλλ' ὅτι ταχέως. πίνει τις πολὺν οἶνον· μὴ εἴπῃς ὅτι κακῶς, ἀλλ' ὅτι πολύν. πρὶν γὰρ διαγνῶναι τὸ δόγμα, πόθεν οἶσθα, εἰ κακῶς; οὕτως οὐ συμβήσεται σοι ἄλλων μὲν φαντασίας καταληπτικὰς λαμβάνειν, ἄλλοις δὲ συγκατατίθεσθαι. Μηδ' αὖ σεαυτὸν εἴπῃς φιλόσοφον μὴδὲ λάλει τὸ πολὺ ἐν ιδιώταις περὶ τῶν θεωρημάτων, ἀλλὰ ποιεῖ τὸ ἀπὸ τῶν θεωρημάτων· οἶον ἐν συμποσίῳ μὴ

46

I

λαβὴ, δηλαδή ἀπὸ τοῦ ὅτι σε ἀδικεῖ, γιατί αὐτὴ ἡ λαβὴ εἶναι ἀνυπόφορη, ἀλλὰ πιάσου ἀπὸ τὴν ἄλλην, δηλαδή ἀπὸ τοῦ ὅτι εἶναι ἀδελφός σου, ἀπὸ τοῦ ὅτι εἶναι σύντροφός σου, καὶ τότε θα πιαστείς ἀπὸ τὴν υποφερτὴ λαβή.

μδ'

Αὐτοὶ οἱ λόγοι εἶναι ἀσύννακτοι: «ἐγὼ εἰμὶ πλουσιότερος ἀπὸ ἐσένα, ἄρα ἐγὼ εἰμὶ καλύτερος ἀπὸ ἐσένα», «ἐγὼ εἰμὶ πύμορφωμένος ἀπὸ ἐσένα, ἄρα ἐγὼ εἰμὶ καλύτερος ἀπὸ ἐσένα». Αὐτοὶ εἶναι περισσότερο συνακτικοί: «ἐγὼ εἰμὶ πλουσιότερος ἀπὸ ἐσένα, ἄρα τὰ δικά μου ἀποκτῆματα εἶναι καλύτερα ἀπὸ τὰ δικά σου», «ἐγὼ εἰμὶ πύμορφωμένος ἀπὸ ἐσένα, ἄρα ὁ δικός μου λόγος εἶναι καλύτερος ἀπὸ τὸν δικό σου». Εσύ, ὅμως, δὲν εἶσαι οὔτε ἀπόκτημα οὔτε λόγος.

με'

Κάποιος λούζεται ταχέως. Μὴν πεις ὅτι λούζεται «κακῶς», ἀλλὰ «ταχέως». Κάποιος πίνει πολὺ οἶνο. Μὴν πεις ὅτι πίνει «κακῶς», ἀλλὰ «πολύ». Πρὶν καλοεξετάσεις τὴν ἀποψή σου, ἀπὸ πού γνωρίζεις ὅτι πράττει «κακῶς»; Ἐτσι δὲν θα σου συμβεῖ, ἐνὼ ἀπὸ ἄλλα πράγματα προσλαμβάνεις καταληπτές ἐντύπώσεις, σε ἄλλα νὰ συγκατατίθεσαι.

μστ'

Πουθενά μὴν ονομάσεις φιλόσοφο τὸν εαυτό σου, οὔτε νὰ πολυμιλάς σε κοινούς ἀνθρώπους γιὰ τὰ θεωρήματά σου, ἀλλὰ πράττει αὐτό που προκύπτει ἀπὸ τὰ θεωρήματα. Ὅπως σ' ἓνα

λέγε, πῶς δεῖ ἐσθίειν, ἀλλ' ἐσθιε, ὡς δεῖ. μέμνησο γάρ, ὅτι οὕτως ἀφηγήκει πανταχόθεν Σωκράτης τὸ ἐπιδεικτικόν, ὥστε ἤρχοντο πρὸς αὐτὸν βουλόμενοι φιλοσόφοις ὑπ' αὐτοῦ συσταθῆναι, κα-  
 2 κείνος ἀπῆγεν αὐτούς. οὕτως ἡνείχετο παρορώμενος. κὰν περὶ θεωρήματός τινος ἐν ιδιώταις ἐμπύπτη λόγος, σιώπα τὸ πολὺ μέγας γὰρ ὁ κίνδυνος εὐθύς ἐξεμέσαι, δ οὐκ ἔπεψας. καὶ ὅταν εἴπῃ σοί τις, ὅτι οὐδὲν οἶσθα, καὶ σὺ μὴ δηχθῆς, τότε ἴσθι, ὅτι ἄρχῃ τοῦ ἔργου. ἐπεὶ καὶ τὰ πρόβατα οὐ χόρτον φέροντα τοῖς ποιμέσιν ἐπιδεικνύει πόσον, ἔφαγεν, ἀλλὰ τὴν νομὴν ἔσω πέψαντα ἔρια ἔξω φέρει καὶ γάλα· καὶ σὺ τοίνυν μὴ τὰ θεωρήματα τοῖς ιδιώταις ἐπιδείκνυε, ἀλλ' ἀπ' αὐτῶν πεφθέντων τὰ ἔργα.

47  
 I Ὅταν εὐτελῶς ἡρμοσμένος ᾗς κατὰ τὸ σῶμα, μὴ καλλωπίζου ἐπὶ τούτῳ μῆδ', ἂν ὕδωρ πίνῃς, ἐκ πάσης ἀφορμῆς λέγε, ὅτι ὕδωρ πίνεις. κὰν ἀσκη-  
 48  
 I σαι ποτε πρὸς πόνον θέλῃς. σεαυτῷ καὶ μὴ τοῖς ἔξω μὴ τοὺς ἀνδριάντας περιλάμβανε· ἀλλὰ διψῶν ποτε σφοδρῶς ἐπίσπασαι ψυχροῦ ὕδατος καὶ ἔκπτυσον καὶ μηδενὶ εἴπῃς.

I Ἰδιώτου στάσις καὶ χαράκτῆρ' οὐδέποτε ἐξ ἑαυτοῦ προσδοκᾷ ὠφέλειαν ἢ βλάβην, ἀλλ' ἀπὸ τῶν

συμπόσιο: μὴν λες πῶς πρέπει νὰ τρώμε, ἀλλὰ τρώε ὅπως πρέπει. Θυμήσου ὅτι τόσο πολὺ ὁ Σωκράτης εἶχε ἀφαιρέσει ἀπὸ παντοῦ τὴν ἐπιδεικτικὴν τάση, ὥστε ἐρχονταν πρὸς αὐτὸν ἐπιθυμώντας νὰ τοὺς συστήσῃ σε φιλοσόφους, κ' ἐκεῖνος τοὺς πῆγαινε. Τόσο πολὺ ἀνεχόταν νὰ τον παραβλέπουν. Ἀν, πάλι, με-  
 49  
 50  
 51  
 52  
 53  
 54  
 55  
 56  
 57  
 58  
 59  
 60  
 61  
 62  
 63  
 64  
 65  
 66  
 67  
 68  
 69  
 70  
 71  
 72  
 73  
 74  
 75  
 76  
 77  
 78  
 79  
 80  
 81  
 82  
 83  
 84  
 85  
 86  
 87  
 88  
 89  
 90  
 91  
 92  
 93  
 94  
 95  
 96  
 97  
 98  
 99  
 100  
 101  
 102  
 103  
 104  
 105  
 106  
 107  
 108  
 109  
 110  
 111  
 112  
 113  
 114  
 115  
 116  
 117  
 118  
 119  
 120  
 121  
 122  
 123  
 124  
 125  
 126  
 127  
 128  
 129  
 130  
 131  
 132  
 133  
 134  
 135  
 136  
 137  
 138  
 139  
 140  
 141  
 142  
 143  
 144  
 145  
 146  
 147  
 148  
 149  
 150  
 151  
 152  
 153  
 154  
 155  
 156  
 157  
 158  
 159  
 160  
 161  
 162  
 163  
 164  
 165  
 166  
 167  
 168  
 169  
 170  
 171  
 172  
 173  
 174  
 175  
 176  
 177  
 178  
 179  
 180  
 181  
 182  
 183  
 184  
 185  
 186  
 187  
 188  
 189  
 190  
 191  
 192  
 193  
 194  
 195  
 196  
 197  
 198  
 199  
 200  
 201  
 202  
 203  
 204  
 205  
 206  
 207  
 208  
 209  
 210  
 211  
 212  
 213  
 214  
 215  
 216  
 217  
 218  
 219  
 220  
 221  
 222  
 223  
 224  
 225  
 226  
 227  
 228  
 229  
 230  
 231  
 232  
 233  
 234  
 235  
 236  
 237  
 238  
 239  
 240  
 241  
 242  
 243  
 244  
 245  
 246  
 247  
 248  
 249  
 250  
 251  
 252  
 253  
 254  
 255  
 256  
 257  
 258  
 259  
 260  
 261  
 262  
 263  
 264  
 265  
 266  
 267  
 268  
 269  
 270  
 271  
 272  
 273  
 274  
 275  
 276  
 277  
 278  
 279  
 280  
 281  
 282  
 283  
 284  
 285  
 286  
 287  
 288  
 289  
 290  
 291  
 292  
 293  
 294  
 295  
 296  
 297  
 298  
 299  
 300  
 301  
 302  
 303  
 304  
 305  
 306  
 307  
 308  
 309  
 310  
 311  
 312  
 313  
 314  
 315  
 316  
 317  
 318  
 319  
 320  
 321  
 322  
 323  
 324  
 325  
 326  
 327  
 328  
 329  
 330  
 331  
 332  
 333  
 334  
 335  
 336  
 337  
 338  
 339  
 340  
 341  
 342  
 343  
 344  
 345  
 346  
 347  
 348  
 349  
 350  
 351  
 352  
 353  
 354  
 355  
 356  
 357  
 358  
 359  
 360  
 361  
 362  
 363  
 364  
 365  
 366  
 367  
 368  
 369  
 370  
 371  
 372  
 373  
 374  
 375  
 376  
 377  
 378  
 379  
 380  
 381  
 382  
 383  
 384  
 385  
 386  
 387  
 388  
 389  
 390  
 391  
 392  
 393  
 394  
 395  
 396  
 397  
 398  
 399  
 400  
 401  
 402  
 403  
 404  
 405  
 406  
 407  
 408  
 409  
 410  
 411  
 412  
 413  
 414  
 415  
 416  
 417  
 418  
 419  
 420  
 421  
 422  
 423  
 424  
 425  
 426  
 427  
 428  
 429  
 430  
 431  
 432  
 433  
 434  
 435  
 436  
 437  
 438  
 439  
 440  
 441  
 442  
 443  
 444  
 445  
 446  
 447  
 448  
 449  
 450  
 451  
 452  
 453  
 454  
 455  
 456  
 457  
 458  
 459  
 460  
 461  
 462  
 463  
 464  
 465  
 466  
 467  
 468  
 469  
 470  
 471  
 472  
 473  
 474  
 475  
 476  
 477  
 478  
 479  
 480  
 481  
 482  
 483  
 484  
 485  
 486  
 487  
 488  
 489  
 490  
 491  
 492  
 493  
 494  
 495  
 496  
 497  
 498  
 499  
 500  
 501  
 502  
 503  
 504  
 505  
 506  
 507  
 508  
 509  
 510  
 511  
 512  
 513  
 514  
 515  
 516  
 517  
 518  
 519  
 520  
 521  
 522  
 523  
 524  
 525  
 526  
 527  
 528  
 529  
 530  
 531  
 532  
 533  
 534  
 535  
 536  
 537  
 538  
 539  
 540  
 541  
 542  
 543  
 544  
 545  
 546  
 547  
 548  
 549  
 550  
 551  
 552  
 553  
 554  
 555  
 556  
 557  
 558  
 559  
 560  
 561  
 562  
 563  
 564  
 565  
 566  
 567  
 568  
 569  
 570  
 571  
 572  
 573  
 574  
 575  
 576  
 577  
 578  
 579  
 580  
 581  
 582  
 583  
 584  
 585  
 586  
 587  
 588  
 589  
 590  
 591  
 592  
 593  
 594  
 595  
 596  
 597  
 598  
 599  
 600  
 601  
 602  
 603  
 604  
 605  
 606  
 607  
 608  
 609  
 610  
 611  
 612  
 613  
 614  
 615  
 616  
 617  
 618  
 619  
 620  
 621  
 622  
 623  
 624  
 625  
 626  
 627  
 628  
 629  
 630  
 631  
 632  
 633  
 634  
 635  
 636  
 637  
 638  
 639  
 640  
 641  
 642  
 643  
 644  
 645  
 646  
 647  
 648  
 649  
 650  
 651  
 652  
 653  
 654  
 655  
 656  
 657  
 658  
 659  
 660  
 661  
 662  
 663  
 664  
 665  
 666  
 667  
 668  
 669  
 670  
 671  
 672  
 673  
 674  
 675  
 676  
 677  
 678  
 679  
 680  
 681  
 682  
 683  
 684  
 685  
 686  
 687  
 688  
 689  
 690  
 691  
 692  
 693  
 694  
 695  
 696  
 697  
 698  
 699  
 700  
 701  
 702  
 703  
 704  
 705  
 706  
 707  
 708  
 709  
 710  
 711  
 712  
 713  
 714  
 715  
 716  
 717  
 718  
 719  
 720  
 721  
 722  
 723  
 724  
 725  
 726  
 727  
 728  
 729  
 730  
 731  
 732  
 733  
 734  
 735  
 736  
 737  
 738  
 739  
 740  
 741  
 742  
 743  
 744  
 745  
 746  
 747  
 748  
 749  
 750  
 751  
 752  
 753  
 754  
 755  
 756  
 757  
 758  
 759  
 760  
 761  
 762  
 763  
 764  
 765  
 766  
 767  
 768  
 769  
 770  
 771  
 772  
 773  
 774  
 775  
 776  
 777  
 778  
 779  
 780  
 781  
 782  
 783  
 784  
 785  
 786  
 787  
 788  
 789  
 790  
 791  
 792  
 793  
 794  
 795  
 796  
 797  
 798  
 799  
 800  
 801  
 802  
 803  
 804  
 805  
 806  
 807  
 808  
 809  
 810  
 811  
 812  
 813  
 814  
 815  
 816  
 817  
 818  
 819  
 820  
 821  
 822  
 823  
 824  
 825  
 826  
 827  
 828  
 829  
 830  
 831  
 832  
 833  
 834  
 835  
 836  
 837  
 838  
 839  
 840  
 841  
 842  
 843  
 844  
 845  
 846  
 847  
 848  
 849  
 850  
 851  
 852  
 853  
 854  
 855  
 856  
 857  
 858  
 859  
 860  
 861  
 862  
 863  
 864  
 865  
 866  
 867  
 868  
 869  
 870  
 871  
 872  
 873  
 874  
 875  
 876  
 877  
 878  
 879  
 880  
 881  
 882  
 883  
 884  
 885  
 886  
 887  
 888  
 889  
 890  
 891  
 892  
 893  
 894  
 895  
 896  
 897  
 898  
 899  
 900  
 901  
 902  
 903  
 904  
 905  
 906  
 907  
 908  
 909  
 910  
 911  
 912  
 913  
 914  
 915  
 916  
 917  
 918  
 919  
 920  
 921  
 922  
 923  
 924  
 925  
 926  
 927  
 928  
 929  
 930  
 931  
 932  
 933  
 934  
 935  
 936  
 937  
 938  
 939  
 940  
 941  
 942  
 943  
 944  
 945  
 946  
 947  
 948  
 949  
 950  
 951  
 952  
 953  
 954  
 955  
 956  
 957  
 958  
 959  
 960  
 961  
 962  
 963  
 964  
 965  
 966  
 967  
 968  
 969  
 970  
 971  
 972  
 973  
 974  
 975  
 976  
 977  
 978  
 979  
 980  
 981  
 982  
 983  
 984  
 985  
 986  
 987  
 988  
 989  
 990  
 991  
 992  
 993  
 994  
 995  
 996  
 997  
 998  
 999  
 1000

μζ'

Ὅταν προσαρμόσεις τὸ σῶμα σου στὴν λιτότητα, μὴν υπερηφανεύεσαι γι' αὐτό, οὔτε – αν πίνεις νερό – με κάθε ἀφορμὴ νὰ λες ὅτι πίνεις νερό. Καὶ αν κάποτε θελήσεις ν' ἀσκηθεῖς στὶς καταπονήσεις, νὰ τὸ κάνεις γιὰ τὸν εαυτό σου καὶ ὄχι γιὰ τοὺς ἔξω. Μὴν ἀγκαλιάζεις τοὺς ἀνδριάντες<sup>12</sup> ἀλλὰ, ὅταν κάποτε διψᾷς σφοδρά, πάρε ψυχρὸ νερό στὸ στόμα σου, μετὰ φτύσε το, καὶ μὴν το πεις σε κανέναν.

μη'

Στάση καὶ χαρακτῆρας κοινὸν ἀνθρώπου: οὐδέποτε προσδοκᾷ ὠφέλεια ἢ βλάβη ἀπὸ τὸν εαυτό του, ἀλλὰ ἀπὸ τὰ ἐξωτερικά

ἔξω. φιλοσόφου στάσις καὶ χαρακτήρ' πᾶσαν ὠφέλειαν καὶ βλάβην ἐξ ἑαυτοῦ προσδοκᾷ. σημεῖα προκόπτοντος· οὐδένα ψέγει, οὐδένα ἐπαινεῖ, οὐδένα μέμφεται, οὐδενὶ ἐγκαλεῖ, οὐδὲν περὶ ἑαυτοῦ λέγει ὥς ὄντος τινὸς ἢ εἰδότος τι. ὅταν ἐμποδισθῇ τι ἢ κωλυθῇ, ἑαυτῷ ἐγκαλεῖ. κἄν τις αὐτὸν ἐπαινῇ, καταγελά τοῦ ἐπαινούντος αὐτὸς παρ' ἑαυτῷ· κἄν ψέγῃ, οὐκ ἀπολογεῖται. περιίσει δὲ καθάπερ οἱ ἄρρωστοι, εὐλαβούμενός τι κινῆσαι τῶν καθισταμένων, πρὶν πῆξιν λαβεῖν. ὄρεξιν ἅπασαν ἤρκεν ἐξ ἑαυτοῦ· τὴν δ' ἐκκλίσιν εἰς μόνα τὰ παρὰ φύσιν τῶν ἐφ' ἡμῖν μετατέθεικεν. ὁρμὴ πρὸς ἅπαντα ἀνειμένη χρηταί. ἂν ἡλίθιος ἢ ἀμαθὴς δοκῇ, οὐ πεφρόντικεν. ἐνὶ τε λόγῳ, ὥς ἐχθρὸν ἑαυτὸν παραφυλάσσει καὶ ἐπίβουλον.

Ὅταν τις ἐπὶ τῷ νοεῖν καὶ ἐξηγεῖσθαι δύνασθαι τὰ Χρυσίππου βιβλία σεμνύνηται, λέγε αὐτὸς πρὸς ἑαυτὸν ὅτι «εἰ μὴ Χρύσιππος ἀσαφῶς ἐγγράφει, οὐδὲν ἂν εἶχεν οὗτος, ἐφ' ᾧ ἐσεμνύνετο.» ἐγὼ δὲ τί βούλομαι; καταμαθεῖν τὴν φύσιν καὶ ταύτῃ ἔπεσθαι. ζητῶ οὖν, τίς ἐστὶν ὁ ἐξηγούμενος· καὶ ἀκούσας, ὅτι Χρύσιππος, ἔρχομαι πρὸς αὐτόν. ἀλλ' οὐ νοῶ τὰ γεγραμμένα· ζητῶ οὖν τὸν ἐξηγούμενον. καὶ μέχρι τούτων οὕτω σεμνὸν οὐδέν. ὅταν δὲ εὗρῃ τὸν ἐξηγούμενον, ἀπολείπεται χρησθαι τοῖς παρηγγελμένοις· τοῦτο αὐτὸ μόνον

πράγματα. Στάση καὶ χαρακτήρας φιλοσόφου: προσδοκᾷ ὠφέλεια καὶ βλάβη ἀπὸ τοῦ εαυτοῦ. Σημάδια τοῦ προκομμένου: κανέναν δεν ψέγει, κανέναν δεν ἐπαινεῖ, κανέναν δεν μέμφεται, κανέναν δεν ἐγκαλεῖ, τίποτε δεν λέει γιὰ τὸν εαυτὸ του, ὅτι δῆθεν κάποιος εἶναι ἢ γνωρίζει κάτι. Ὅταν ἐμποδιστεῖ ἢ κωλυθεῖ σε κάτι, ἐγκαλεῖ τὸν εαυτὸ του, καὶ ἀν κάποιος τὸν ἐπαινεῖ, μέσα του καταγελά αὐτὸν που τὸν ἐπαινεῖ, καὶ ἀν κάποιος τὸν ψέγει, δεν ἀπολογεῖται. Περιφέρεται ὅπως ἀκριβῶς οἱ ἀρρωστοί: φοβούμενος μήπως κινήσει τὰ μέλη που ἀναρρώνουν, πρὶν ἀποκατασταθοῦν. Ἀπὸ τοῦ εαυτοῦ του ἔχει εξαλείψει κάθε ὀρεξή, ἐνῶ ἔχει μεταστρέψει τὴν ἐκκλίσή του πρὸς ἐκεῖνα μόνον τὰ πράγματα, που εἶναι παρὰ φύσιν· ἐξαρτῶνται ἀπὸ ἐμᾶς. Κάνει χρησὴ μετριοπαθοῦς ὁρμῆς πρὸς τὰ πάντα. Δεν τὸν ἀπασχολεῖ ἀν δίνει ἐντύπωση ἡλίθιου ἢ ἀμαθοῦς. Μ' ἓναν λόγο, προφυλάσσεται ἀπὸ τοῦ εαυτοῦ του, σὰν νὰ του εἶναι ἐχθρὸς κ' ἐπίβουλος.

### μθ'

Ὅταν κάποιος σεμνύνεται ἐπειδὴ δύναται νὰ ἐννοήσῃ καὶ νὰ ἐξηγήσῃ τὰ βιβλία τοῦ Χρύσιππου<sup>13</sup>, λέγε στὸν εαυτὸ σου ὅτι «ἀν ὁ Χρύσιππος δεν εἶχε γράψῃ ἀσαφῶς, αὐτὸς ἐδῶ δεν θα εἶχε λόγο γιὰ νὰ σεμνύνεται». Ὅμως ἐγὼ τι θέλω; Νὰ μάθω καλὰ τὴν φύσιν καὶ νὰ τὴν ἀκολουθήσω. Ἀναζητῶ, λοιπόν, ποιὸς εἶναι αὐτὸς που τὴν ἐξηγεῖ, καὶ ἀκούγοντας ὅτι εἶναι ὁ Χρύσιππος, ἔρχομαι σ' αὐτόν. Δεν ἐννοῶ, ὅμως, τὰ καταγεγραμμένα. Ἄρα ἀναζητῶ τὸν ἐξηγητὴ. Μέχρι ἐδῶ δεν ὑπάρχει τίποτε σημαντικό. Ὅταν βρῶ τὸν ἐξηγητὴ, ἀπολείπεται ἡ χρῆσις τῶν παραγγελμάτων.

σεμνόν ἐστιν. ἂν δὲ αὐτὸ τοῦτο τὸ ἐξηγεῖσθαι θαυμάσω, τί ἄλλο ἢ γραμματικὸς ἀπετελέσθην ἀντὶ φιλοσόφου; πλὴν γε διὸ ἂν ἀντὶ Ὁμήρου Χρῦσιππον ἐξηγούμενος. μᾶλλον οὖν, ὅταν τις εἴπῃ μοι «ἐπανάγνωθί μοι Χρῦσιππον», ἐρυθριῶ, ὅταν μὴ δύνωμαι ὅμοια τὰ ἔργα καὶ σύμφωνα ἐπιδεικνύειν τοῖς λόγοις.

50

I

Ὅσα προτίθεται, τούτοις ὡς νόμοις, ὡς ἀσεβήσων, ἂν παραβῆς, ἔμμενε. ὃ τι δ' ἂν ἐρῇ τις περὶ σοῦ, μὴ ἐπιστρέφου· τοῦτο γὰρ οὐκ ἔτ' ἐστι σόν.

51

I

Εἰς ποῖον ἔτι χρόνον ἀναβάλλῃ τὸ τῶν βελτίστων ἀξιούν σεαυτὸν καὶ ἐν μηδενὶ παραβαίνειν τὸν διαιρουῖντα λόγον; παρείληφας τὰ θεωρήματα, οἷς ἔδει σε συμβάλλειν, καὶ συμβέβληκας. ποῖον οὖν ἔτι διδάσκαλον προσδοκᾷς, ἵνα εἰς ἐκείνον ὑπερθῇ τὴν ἐπανόρθωσιν ποιῆσαι τὴν σεαυτοῦ; οὐκ ἔτι εἰ μαιράκιον, ἀλλὰ ἀνὴρ ἤδη τέλειος. ἂν νῦν ἀμελήσῃς καὶ ῥαθυμῆσῃς καὶ αἰετὸς προθέσεις ἐκ προθέσεως ποιῇ καὶ ἡμέρας ἄλλας ἐπ' ἄλλαις ὀρίζῃς, μεθ' ἧς προσέξεις σεαυτῷ, λήσεις σεαυτὸν οὐ προκόψας, ἀλλ' ἰδιώτης διατελέσεις καὶ ζῶν καὶ ἀποθνήσκων. ἤδη οὖν ἀξίωσον σεαυτὸν βιοῦν ὡς τέλειον καὶ προκόπτοντά· καὶ πᾶν τὸ βέλτιστον φαινόμενον ἔστω σοι νόμος ἀπαράβατος. κἂν ἐπίπονόν τι ἢ ἡδὺ ἢ ἔνδο-

2

των. Μόνον αὐτὸ εἶναι κάτι σημαντικό. Ἀν θαυμάσω μόνον τὴν ἴδια τὴν ἐξήγησιν, τί ἄλλο ἔχω καταφέρει, ἀπὸ τοῦ να γίνω γραμματικὸς παρὰ φιλόσοφος; Μᾶλλον, λοιπόν, ὅταν κάποιος μου πει «ξαναδιάβασέ μου τὸν Χρῦσιππο», θα ἐρυθριάσω, καθὼς δεν θα δύναμαι ν' ἀποδείξω ὅτι τὰ ἔργα εἶναι ὅμοια καὶ σύμφωνα με τοὺς λόγους.

v'

Μείνε σταθερὸς σε ὅλα τὰ προστάγματα, σαν να ἦταν νόμοι, σαν να ἀσεβοῦσες εἰς τὰ παράβαινες. Οτιδήποτε καὶ ἀν πει κάποιος γιὰ ἐσένα, μὴν το παρατηρεῖς, γιατί αὐτὸ δεν εἶναι πιά κάτι δικό σου.

να'

Γιὰ πόσον ἀκόμη καιρὸ θ' ἀναβάλλεις νὰ θεωρήσεις τὸν εαυτὸ σου ἀξίον γιὰ τὰ βέλτιστα καὶ σε τίποτε νὰ μὴν παραβαίνεις τὴν διαιρέσεις τῆς λογικῆς; Ἐχεις παραλάβει τὰ θεωρήματα, με τὰ οποία πρέπει νὰ συμφωνήσεις, καὶ συμφώνησες. Ποῖον διδάσκαλον προσδοκᾷς ἀκόμη, γιὰ νὰ τοῦ ἀναθέσεις νὰ κάνει τὴν διόρθωσιν τοῦ εαυτοῦ σου; Δεν εἶσαι πιά παιδάκι, ἀλλὰ ἤδη τέλειος ἄνδρας. Ἀν τώρα ἀμελήσεις καὶ ραθυμῆσεις καὶ συνεχῶς κάνεις σχεδιασμούς ἐπὶ σχεδιασμών, καὶ καθορίζεις ἄλλες ἡμέρες ἀντὶ γιὰ ἄλλες, κατὰ τὴν ὁποῖαν θὰ προσέξεις τὸν εαυτὸ σου, θὰ ξεχάσεις ὅτι δεν πρόκοψες, καὶ θὰ διατελέσεις ὡς κοινὸς ἄνθρωπος καὶ στὴν ζωὴ καὶ στὸν θάνατο. Ἢδη, λοιπόν, ἀξίωσε τὸν εαυτὸ σου νὰ βιώσῃ ὡς τέλειος καὶ προκομμένος, καὶ καθετί, ποῦ σου φαίνεται βέλτιστο, ἀς εἶναι γιὰ ἐσένα νόμος ἀπαράβα-

3 ξον ἢ ἄδοξον προσάγεται, μέμνησο, ὅτι νῦν ὁ ἀγὼν καὶ ἤδη πάρεστι τὰ Ὀλύμπια καὶ οὐκ ἔστιν ἀναβάλλεσθαι οὐκέτι καὶ ὅτι παρὰ μίαν ἡμέραν καὶ ἐν πρᾶγμα καὶ ἀπόλλυται προκοπὴ καὶ σώζεται. Σωκράτης οὕτως ἀπετελέσθη, ἐπὶ πάντων τῶν προσαγομένων αὐτῷ μηδενὶ ἄλλῳ προσέχων ἢ τῷ λόγῳ. σὺ δὲ εἰ καὶ μήπω εἶ Σωκράτης, ὡς

52 Σωκράτης γε εἶναι βουλόμενος ὀφείλεις βιοῦν.  
1 Ὁ πρῶτος καὶ ἀναγκαιότατος τόπος ἐστὶν ἐν φιλοσοφίᾳ ὁ τῆς χρήσεως τῶν θεωρημάτων, οἷον τὸ μὴ ψεύδεσθαι ὁ δεῦτερος ὁ τῶν ἀποδείξεων, οἷον πόθεν ὅτι οὐ δεῖ ψεύδεσθαι· τρίτος ὁ αὐτῶν τούτων βεβαιωτικὸς καὶ διαρθρωτικὸς, οἷον πόθεν ὅτι τοῦτο ἀπόδειξις; τί γάρ ἐστιν ἀπόδειξις, τί ἀκολουθία, τί μάχη, τί ἀληθές, τί ψεῦδος; οὐκοῦν ὁ μὲν τρίτος τόπος ἀναγκαῖος διὰ τὸν δεῦτερον, ὁ δὲ δεῦτερος διὰ τὸν πρῶτον· ὁ δὲ ἀναγκαιότατος καὶ ὅπου ἀναπαύεσθαι δεῖ, ὁ πρῶτος. ἡμεῖς δὲ ἔμπαλιν ποιοῦμεν· ἐν γὰρ τῷ τρίτῳ τόπῳ διατρίβουμεν καὶ περὶ ἐκείνόν ἐστιν ἡμῖν ἡ πᾶσα σπουδὴ τοῦ δὲ πρῶτου παντελῶς ἀμελοῦμεν. τοιγαροῦν ψευδόμεθα μὲν, πῶς δὲ ἀποδεικνύται ὅτι οὐ δεῖ ψεύδεσθαι, πρόχειρον ἔχομεν.

53 Ἐπὶ παντὸς πρόχειρα ἐκτέον ταῦτα  
1

τος. Καὶ ἀν σου προσάγεται κάτι επίπονο ἢ ἡδύ ἢ ἐνδοξοῦ ἢ ἄδοξο, θυμήσου ὅτι ὁ ἀγὼνας εἶναι τώρα καὶ ὅτι ἤδη ἐφτάσαν τὰ Ὀλύμπια καὶ ὅτι δὲν μπορεῖς πιά καθόλου ν' ἀναβάλεις καὶ ὅτι γιὰ μία ἡμέρα καὶ γιὰ μία πράξη εἴτε χάνεται εἴτε σώζεται ἡ προκοπή. Ὁ Σωκράτης ἐτοί ἐφτάσε στὴν τελείωση, μὴ προσέχοντας τίποτε ἄλλο, ἐκτὸς ἀπὸ τὴν λογικὴ, σὲ ὅλα ὅσα τοῦ προσάγονταν. Εσύ, λοιπόν, ἀν καὶ ἀκόμη δὲν εἶσαι Σωκράτης, ὀφείλεις νὰ βιώνεις σαν νὰ ἐπιθυμεῖς νὰ εἶσαι Σωκράτης.

### νβ'

Ὁ πρῶτος καὶ ἀναγκαιότατος τόπος, μέσα στα πλαίσια τῆς φιλοσοφίας, εἶναι ἐκεῖνος τῆς χρήσης τῶν θεωρημάτων, ὅπως το νὰ μὴν ψεύδεσαι. Ὁ δεῦτερος εἶναι ἐκεῖνος τῶν ἀποδείξεων, ὅπως το ἀπὸ πού πηγάζει το ὅτι δὲν πρέπει νὰ ψεύδεσαι. Ὁ τρίτος εἶναι ὁ βεβαιωτικὸς καὶ διαρθρωτικὸς τῶν προηγουμένων, ὅπως το ἀπὸ πού πηγάζει το ὅτι αὐτὴ εἶναι ἡ ἀπόδειξη. Τί εἶναι, λοιπόν, ἀπόδειξη, τι συνακολουθία, τι διαμάχη, τι ἀληθές, τι ψεῦδος; Ἄρα ὁ τρίτος τόπος εἶναι ἀναγκαῖος γιὰ τὸν δεῦτερο, καὶ ὁ δεῦτερος γιὰ τὸν πρῶτο, ἐνῶ ὁ ἀναγκαιότατος, καὶ ἐκεῖνος ὅπου πρέπει νὰ σταθούμε, εἶναι ὁ πρῶτος. Εμεῖς, ὅμως, κάνουμε το ἀντίθετο. Διατρίβουμε στὸν τρίτο τόπο καὶ γύρω ἀπὸ αὐτόν συγκεντρώνεται ὁλόκληρη ἡ φροντίδα μας, ἐνῶ παντελῶς ἀμελοῦμε τὸν πρῶτο. Επομένως, λέμε ψέμματα, ἀλλὰ ἔχουμε πρόχειρη τὴν ἀπόδειξη ὅτι δὲν πρέπει νὰ λέμε ψέμματα.

### νγ'

Σὲ κάθε περίπτωση πρέπει νὰ ἔχουμε πρόχειρα τ' ἀκόλουθα:

ἄγου δέ μ', ὦ Ζεῦ, καὶ σύ γ' ἡ Πεπρωμένη,  
 ὅποι ποθ' ὑμῖν εἰμι διατεταγμένος  
 ὥς ἔψομαί γ' ἄοκνος ἦν δέ γε μὴ θέλω,  
 2 κακὸς γενόμενος, οὐδὲν ἥττον ἔψομαι.  
 «ὅστις δ' ἀνάγκη συγκεχώρηκεν καλῶς,  
 σοφὸς παρ' ἡμῖν, καὶ τὰ θεῖ' ἐπίσταται.»  
 «ἀλλ', ὦ Κρίτων, εἰ ταύτη τοῖς θεοῖς φίλον, ταύ-  
 τη γενέσθω.» «ἐμὲ δὲ Ἄνυτος καὶ Μέλιτος ἀπο-  
 κτεῖναι μὲν δύνανται, βλάψαι δὲ οὔ.»

«Ζεῦ κ' ἐσύ Πεπρωμένο, οδήγησέ με όπου εσεῖς μ' ἔχετε τάξει.  
 Ἄοκνος θ' ακολουθήσω. Αν, ὁμως, δεν θέλω, θα γίνω κακός,  
 αλλά και πάλι θ' ακολουθήσω»<sup>14</sup>. «Ὅποιος καλῶς αποδέχεται το  
 αναγκαῖο, εἶναι σοφός γιὰ εμᾶς, και καλῶς γνωρίζει τα θεῖα»<sup>15</sup>.  
 «Αλλά, Κρίτωνα, αν ἔτσι ἀρέσει στους Θεούς, ἔτσι ας γίνεν»<sup>16</sup>.  
 «Εμένα ο Ἄνυτος και ο Μέλιτος δύνανται να με αποκτείνουν,  
 αλλά όχι να με βλάψουν»<sup>17</sup>.

## ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

1. «Σκληρή φαντασία»: η επώδυνη εντύπωση, η δύναμη, η οποία καθιστά φανερή μία οδυνηρή έννοια.
2. Βλέπε στο Παράρτημα, το κεφάλαιο β'.
3. Πρόκειται μάλλον για τον Διογένη τον Κυνικό, που έζησε στον 4<sup>ο</sup> αιώνα π.Χ.
4. Πρόκειται για τον Ηράκλειτο τον Εφέσιο, τον επονομαζόμενο και «σκοτεινό», που έζησε γύρω στα 500 π.Χ.
5. «Κάτι μη αίσιο»: έναν κακό οινόν, μιά «κακοσημαδιά».
6. Στωικός φιλόσοφος της εποχής του αυτοκράτορα Αδριανού (β' μ.Χ. αιώνας). Όταν γέρασε, ζήτησε από τον αυτοκράτορα την άδεια για ν' αυτοκτονήσει πίνοντας κώνειο, και αυτό έκανε.
7. Βλέπε στο Παράρτημα, το κεφάλαιο γ'.
8. «Πολυνείκης και Ετεοκλής»: γιοί του Οιδίποδα, οι οποίοι ήρθαν σε αντιπαλότητα και μονομάχησαν για την διαδοχή του πατρικού θρόνου.
9. Βλέπε στο Παράρτημα, το κεφάλαιο γ'.
10. «Πύθιος»: ένα από τα πολλά προσωνύμια του Θεού Απόλλωνα.
11. Ζήνων ο Κιτιεύς (335 π.Χ. - 262 π.Χ.): υπήρξε ο ιδρυτής της σχολής των στωικών φιλοσόφων. Εγκαταστάθηκε στην Αθήνα στα 313 π.Χ. και η διδασκαλία του εντυπωσίασε ιδιαίτερα τους κυνικούς φιλοσόφους.
12. Το «αγκάλιασμα» ενός χιονισμένου ανδριάντα ήταν είτε επίδειξη αντοχής στο ψύχος είτε σκληραγώγηση του σώματος.
13. Ο Χρύσιππος έζησε στον 3<sup>ο</sup> π.Χ. αιώνα και υπήρξε ο μεγαλύτερος και πολυγραφότερος θεωρητικός της Στοάς. Ήταν ξακουστός για την πολυμαθεία, την ετοιμολογία και την διαλεκτική οξύνοιά του.

14. Στίχοι τού στωικού Κλεάνθη, τού ποιητή-φιλοσόφου.
15. Στίχοι τού Ευριπίδη (απόσπασμα 965).
16. Πλάτων, «Κρίτων», 43d.
17. Πλάτων, «Απολογία», 30c-d.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

### α. Ο Πλούταρχος και η στωική θεολογία

Σχετικά με την θεολογία των Στωικών είναι τα παρακάτω αποσπάσματα από το βιβλίο «Περί Ίσιδος και Οσίριδος» τού Πλουτάρχου, ο οποίος αντιμετώπιζε περιφρονητικά την στωική θεολογία (Βλέπε και: Τσακνάκης Α., *Πλούταρχος: Ίσις και Όσιρις*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005).

(α) «Αυτά, όμως, είναι όμοια με όσα θεολογούν οι Στωικοί, επειδή κ' εκείνοι λένε ότι το γόνιμο και διατροφικό πνεύμα είναι ο Διόνυσος, ενώ ο Ηρακλής είναι το διαπληκτικό και διαιρετικό, και ο Άμμων το καταδεκτικό και η Δήμητρα με την Κόρη είναι το πνεύμα που εμφανίζεται μέσω τής γης και των καρπών, ενώ ο Ποσειδών μέσω τής θάλασσας. Όσοι, πάλι, σ' αυτά τα φυσικά φαινόμενα αναμειγνύουν και μερικά στοιχεία τής αστρονομίας και των μαθηματικών, θεωρούν ότι Τυφών λέγεται ο ηλιακός κόσμος, ενώ Όσιρις ο σεληνιακός...».

(β) «Οι Στωικοί λένε ότι ο Ήλιος ανάβει και τρέφεται από την θάλασσα, ενώ τα κρηναία και λιμναία νάματα πέμπουν γλυκές και μαλακές αναθυμιάσεις προς την Σελήνη...».

(γ) «Υπάρχουν κάποιοι που Τυφώνα ονομάζουν το σκίασμα τής γης, στο οποίο θεωρούν ότι ολισθαίνει η Σελήνη και εκλείπει, γι' αυτό θα ταίριαζε να πούμε ότι ο καθένας μόνος του δεν μιλά ορθά, αλλά όλοι μαζί μιλούν ορθά, αφού μπορούμε να πούμε ότι μέρος τού Τυφώνα είναι καθετί βλαβερό και φθαρτικό που έχει η φύση, αλλά όχι μόνον η στεγνότητα ή μόνον ο άνεμος ή

μόνον η θάλασσα ή μόνον το σκότος, ούτε μπορούμε να τοποθετούμε την αρχή του σύμπαντος σε άψυχα σώματα – όπως έκανε ο Δημόκριτος και ο Επίκουρος – ούτε να θεωρούμε δημιουργό τής χωρίς ποιότητα ύλης έναν λόγο και μία πρόνοια που υπερσχύει και κυβερνά τα πάντα, όπως λένε οι Στωικοί, επειδή είναι αδύνατο να γεννηθεί κάτι φαύλο εκεί όπου αιτία όλων είναι ο Θεός, ή κάτι χρηστό εκεί όπου ο Θεός δεν είναι αιτία κανενός...».

### β. Σωκράτης ο Αθηναίος

Ο Σωκράτης, ένας από τους μεγαλύτερους σοφούς τής οικουμένης, ένας εξέχων διδάσκαλος τής πρακτικής φιλοσοφίας και ιδιαιτέρως τής ηθικής, υπήρξε γιός του Σωφρονίσκου και τής Φαιναρέτης, από τον Δήμο Αλωπεκών. Γεννήθηκε στην Αττική κατά το τέταρτο έτος τής 77<sup>ης</sup> Ολυμπιάδας. Από τον πατέρα του διδάχτηκε την αγαλματοποιία και διακρίθηκε σ' αυτήν κατασκευάζοντας αληθινά αριστουργήματα.

Νωρίς εκδήλωσε έντονο ενδιαφέρον για την φιλοσοφία, στην οποία αφοσιώθηκε, υπηρετώντας την καθ' όλη την διάρκεια τής υπόλοιπης ζωής του. Από τον Αναξαγόρα διδάχτηκε την φυσική επιστήμη και από τον Πρόδοκο την τέχνη τής ρητορικής. Ο ίδιος υπήρξε αγαπητός και σεβαστός διδάσκαλος τής αρετής και τής δικαιοσύνης γιά μιá πληθώρα επιφανών Αθηναίων, καθώς και άξιος συνομιλητής των διασημότερων σοφιστών και φιλοσόφων τής εποχής του, ενώ το Μαντείο των Δελφών τον ονόμασε ως τον «σοφότερο μεταξύ όλων των ανθρώπων».

Σε ηλικία εβδομήντα ετών δυσφημίστηκε με αναξιοπρεπή και άθλιο τρόπο και κατηγορήθηκε άδικα από δύο μισαλλόδοξους δημαγωγούς – τον υστερόβουλο άρχοντα Άνυτο και τον ψευτοποιητή Μέλητο – ως «διαφθορέας των νέων». Μετά από μία παρωδία δίκης στην περίφημη Βουλή των Πεντακοσίων, ο αγνώμονας, δεισιδαίμων και αμαθής αθηναϊκός όχλος τον καταδίκασε να

πιεί το κώνειο. Η μελετημένη προσπάθεια των πλουσίων μαθητών του – να δωροδοκήσουν τους δεσμοφύλακες και να τον φυγαδεύσουν από την Αθήνα – δεν καρποφόρησε, γιατί ο μεγάλος φιλόσοφος αρνήθηκε με θάρρος να παραβεί τους νόμους τής πατρίδας του.

Οι Αθηναίοι σύντομα μεταμελήθηκαν για το ανοσιούργημά τους και διέταξαν κοινό πένθος σε ολόκληρη την πόλη, τιμώντας τον Σωκράτη με χάλκινο ανδριάντα. Ο ίδιος δεν άφησε κανένα γραπτό κείμενο. Η διδασκαλία του διασώθηκε κυρίως μέσα από το λαμπρό συγγραφικό έργο του Πλάτωνα και του Ξενοφώντα, που υπήρξαν μαθητές του. Ο μεγάλος σεβασμός και θαυμασμός του Επίκτητου προς το πρόσωπο του Σωκράτη είναι εμφανέστατος σε πολλά σημεία του «Εγχειριδίου».

### γ. Στοιχεία νεοπλατωνικής θεολογίας

Σημαντικό γιά την μελέτη τής ελληνο-ρωμαϊκής θεολογίας είναι το ελληνόγλωσσο βιβλίο «Περί Θεών και Κόσμου», του Ρωμαίου φιλοσόφου Σαλουστίου (4<sup>ος</sup> μ.Χ αιώνας). Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν ορισμένες «κοινές θεολογικές αρχές», οι οποίες αμυδρά υποδηλώνονται στον Επίκτητο, που δεν θεωρείται νεοπλατωνικός φιλόσοφος, ενώ πληρέστερα αναλύονται στον Σαλούστιο, ο οποίος ανήκει στους εξέχοντες νεοπλατωνικούς φιλοσόφους. Τα ακόλουθα τέσσερα κεφάλαια, από το έργο «Περί Θεών και Κόσμου», είναι αρκετά κατατοπιστικά (Βλέπε και: Τσακνάκης Α., *Σαλούστιος: Περί Θεών και Κόσμου*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005).

Κεφάλαιο α': Πώς πρέπει να είναι ο ακροατής και τι είναι η «κοινή έννοια».

«Όσοι θέλουν ν' ακούσουν γιά τους Θεούς πρέπει από την παιδική ηλικία να έχουν καλή αγωγή και να μην ανατρέφονται

με ανόητες δοξασίες. Πρέπει και ως προς την φύση τους να είναι αγαθοί και έμφρονες, γιά να έχουν κάποια ομοιότητα προς τους λόγους. Πρέπει, επίσης, να γνωρίζουν και τις κοινές έννοιες. Κοινές έννοιες είναι εκείνες γιά τις οποίες, αν ορθώς ερωτηθούν όλοι οι άνθρωποι, θα δώσουν όμοιες απαντήσεις».

Κεφάλαιο κ': Από πού προέρχονται τα κακά. Δεν υπάρχει φύση τού κακού.

«Πώς, όμως, υπάρχουν στον Κόσμο τα κακά, αφού οι Θεοί είναι αγαθοί και δημιουργούν τα πάντα; Ή πρέπει πρώτα να πούμε ότι, ενώ οι Θεοί είναι αγαθοί και δημιουργούν τα πάντα, δεν υπάρχει εκ φύσεως το κακό, αλλ' αυτό γίνεται με την απουσία τού αγαθού, όπως ακριβώς δεν υπάρχει σκότος, αλλ' αυτό γίνεται με την απουσία τού φωτός; Αν υπάρχει κακό, τότε κατ' ανάγκη βρίσκεται είτε στους Θεούς είτε στους νόες είτε στις ψυχές είτε στα σώματα. Στους Θεούς, όμως, δεν βρίσκεται, επειδή κάθε Θεός είναι αγαθός. Αν κάποιος ονομάζει κακό τον νου, μιλά γιά ανόητο νου. Αν ονομάζει κακή την ψυχή, τότε η ψυχή πλάστηκε χειρότερη από το σώμα, επειδή κανένα σώμα δεν έχει από μόνο του κακία. Αν το κακό προέρχεται και από την ψυχή και από το σώμα, είναι παράλογο να μην είναι κακά όντας χωρισμένα, και να παράγουν κακία όταν συνενώνονται. Αν, πάλι, κάποιος ονομάζει κακούς τους Δαίμονες και αν αυτοί έχουν απ' τους Θεούς την δύναμή τους, τότε δεν θα ήταν κακοί. Αν την έχουν από αλλού, τότε δεν δημιουργούν οι Θεοί τα πάντα. Αν οι Θεοί δεν δημιουργούν τα πάντα, τότε ή θέλουν αλλά δεν μπορούν, ή μπορούν αλλά δεν θέλουν. Τίποτε από τα δύο, όμως, δεν ταιριάζει σε Θεό. Ότι, λοιπόν, τίποτε εκ φύσεως κακό δεν υπάρχει στον Κόσμο, φαίνεται από τα προηγούμενα. Τα κακά εμφανίζονται από τις ενέργειες των ανθρώπων, και πάλι όχι όλων ούτε πάντοτε. Αν, όμως, οι άνθρωποι αμαρτάνουν χάριν τού ίδιου τού κακού, τότε η ίδια η φύση τους θα ήταν κακή. Αν ο μοιχός θεωρεί την μοιχεία κακό και την ηδονή αγαθό, και αν ο φονιάς θεωρεί τον

φόνο κακό και τα χρήματα αγαθό, και αν αυτός που κακοποιεί τον εχθρό θεωρεί την κακοποίηση κακό και την άμυνα εναντίον τού εχθρού αγαθό, και αν έτσι πέφτει σε αμαρτίες η ψυχή, τότε τα κακά γίνονται χάριν τής αγαθότητας, όπως ακριβώς χάριν τής μη ύπαρξης τού φωτός γίνεται το σκότος, το οποίο εκ φύσεως δεν υπάρχει. Η ψυχή, λοιπόν, αμαρτάνει επειδή εφίεται προς το αγαθό, αλλά πλανάται σχετικά με το αγαθό, επειδή αυτή δεν είναι πρώτη ουσία. Προκειμένου, λοιπόν, να μην πλανάται, και όταν πλανάται να θεραπεύεται, μπορούμε να δούμε πόσα πράγματα έπλασαν οι Θεοί. Πλάστηκαν, λοιπόν, τέχνες, επιστήμες, μελέτες, προσευχές, θυσίες, τελετές, νόμοι, πολιτεύματα, δίκες και τιμωρίες γιά να κωλύονται και να μην αμαρτάνουν οι ψυχές, τις οποίες – ακόμη και όταν εξέλθουν από το σώμα – οι καθάρσιοι Θεοί και οι Δαίμονες τις καθαρίζουν από τα αμαρτήματα».

Κεφάλαιο κγ': Γιάτί τιμούμε τους Θεούς εφόσον είναι ανενδεείς.

«Μέσω αυτών δίνεται λύση και στο ζήτημα των θυσιών και των άλλων τιμών που αποδίδουμε στους Θεούς, αφού το Θείο είναι ανενδεές, ενώ οι τιμές αποδίδονται χάριν τής δικής μας ωφέλειας. Η Πρόνοια των Θεών εκτείνεται παντού, ενώ το μόνο που χρειάζεται είναι η ικανότητα γιά να την δεχτούμε. Κάθε ικανότητα εμφανίζεται μέσω τής μίμησης και τής ομοιότητας, γι' αυτό οι ναοί μιμούνται τον ουρανό, οι βωμοί την γη, τ' αγάλματα την ζωή – γι' αυτό και απεικονίζουν ζωντανά όντα – οι προσευχές το νοερό, τα ιερά σύμβολα τις άρρητες άνω δυνάμεις, τα βότανα και οι λίθοι την ύλη, και τα θυσιαζόμενα ζώα την άλογη ζωή που υπάρχει μέσα μας. Απ' όλα τούτα οι Θεοί δεν κερδίζουν τίποτε επιπλέον – τι περισσότερο να χρειάζεται ένας Θεός; – αλλά εμείς γινόμαστε συναφείς μ' εκείνους».

Κεφάλαιο κδ': Οι θυσίες και οι άλλες τιμές. Πώς ωφελούν τους ανθρώπους και όχι τους Θεούς.

«Νομίζω ότι είναι αξιόλογη μία βραχεία προσθήκη περί θυσιών. Πρώτ' απ' όλα, επειδή από τους Θεούς έχουμε τα πάντα, είναι δίκαιο να δίνουμε τις απαρχές σ' εκείνους που μας τα δίνουν. Απαρχές των αποκτημάτων μας είναι τ' αναθήματα, των σωμάτων μας η κόμη, και τής ζωής μας οι θυσίες. Έπειτα, οι προσευχές χωρίς θυσίες είναι μόνον λόγοι, μαζί με θυσίες είναι έμψυχοι λόγοι, γιατί ο λόγος δυναμώνει την ζωή και η ζωή εμψυχώνει τον λόγο. Προσέτι, ευδαιμονία κάθε πράγματος είναι η οικεία τελειότητα, και γιά κάθε πράγμα οικεία τελειότητα είναι η συναφής με την αιτία του. Γι' αυτό κ' εμείς προσευχόμαστε: γιά να έλθουμε σε συνάφεια με τους Θεούς. Επειδή, λοιπόν, πρώτη ζωή είναι εκείνη των Θεών, και μορφή ζωής είναι η ανθρώπινη ζωή, που επιθυμεί να έλθει σε συνάφεια με την πρώτη, χρειάζεται κάτι ενδιάμεσο, γιατί τίποτε απ' όσα βρίσκονται σε μεγάλη διάσταση δεν συνάπτεται χωρίς ενδιάμεσο. Το ενδιάμεσο, όμως, οφείλει να είναι όμοιο προς τα συναπτόμενα, άρα το ενδιάμεσο τής ζωής χρειάζεται να είναι ζωή, και γι' αυτό οι άνθρωποι θυσιάζουν ζώα, και όσοι τώρα είναι ευδαίμονες και όλοι οι παλαιότεροι. Δεν θυσιάζουν, όμως, οποιοδήποτε ζώο, αλλά σε κάθε Θεό τα πρόποντα και με την συνοδεία ολόκληρου τού άλλου θρησκευτικού τυπικού. Αρκετά είναι αυτά γιά τις θυσίες».

## Επίλογος

*«Όταν κάποιος αμαρτήσσει εις βάρος σου, ευθός σκέψου τι έλαβε υπόψη του ως αγαθό ή κακό, και αμάρτησε, γιατί – όταν το κατανοήσεις – θα αισθανθείς έλεος γι' αυτόν και ούτε θ' απορήσεις ούτε θα οργιστείς, επειδή κ' εσύ ακόμη ή εκλαμβάνεις ως αγαθό το ίδιο μ' εκείνον, ή κάποιο ομοειδές. Πρέπει, λοιπόν, να συγχωρείς. Αν, όμως, δεν εκλαμβάνεις πιά ως αγαθά και κακά τα ίδια μ' εκείνον, θα είσαι περισσότερο ευμενής προς αυτόν που πλανήθηκε».*

**Μάρκος Αυρήλιος, Εις εαυτόν**

*«Η πρώτη οδός, όμως, είναι και ατελεύτητη και μακριά. Δηλαδή: αυτό που ο Ζεός δεν μπόρεσε να κάνει, αυτό ακριβώς να επιχειρείς, να πείσεις όλους τους ανθρώπους ποιά είναι τ' αγαθά και ποιά τα κακά. Γιατί; Μήπως σου δόθηκε αυτό; Μόνον εκείνο σου δόθηκε: να πείσεις τον εαυτό σου. Και ακόμη δεν τον έχεις πείσει. Κ' έπειτα επιχειρείς να πείσεις τώρα τους άλλους; Και ποιός έζησε μαζί σου τόσον χρόνο, όσον εσύ με τον εαυτό σου;».*

**Επικτήτος, Τέταρτη Διατριβή**

## Ελληνόγλωσση Βιβλιογραφία

1. Βαρβιτσιώτης Θ., *Λεξικόν Αρχαίων Ελλήνων*, Αθήνα, 1997.
2. Βλαστός Γ., *Πλατωνικές Μελέτες*, Εκδ.: Μ. Ι. Ε. Τ., Αθήνα, 1994.
3. Buchwald W. – Hohlweg A. – Prinz Ot., *Tusculum – Λεξικόν*, Εκδ.: Αθανάσιος Φουρλάς, Αθήνα, 1993.
4. Burkert W., *Αρχαία Ελληνική Θρησκεία*, Εκδ.: Καρδαμίτσα, Αθήνα, 1993.
5. Γεωργιάδης Α., *Ομοφυλοφιλία στην Αρχαία Ελλάδα*, Εκδ.: Γεωργιάδης, Αθήνα, 2002.
6. Δέλτα Σ., *Επίκτητου Εγχειρίδιον κ.ά.*, Εκδ.: Βιβλιοπωλείον τής Εστίας, Αθήνα, 2002.
7. Δούκας Κ., *Ομήρου Ιλιάς*, Αθήνα, 1998.
8. Δούκας Κ., *Ομήρου Οδύσσεια*, Αθήνα, 1999.
9. Edelstein L., *Ο στωικός σοφός*, Εκδ.: Θύραθεν, Θεσσαλονίκη, 2002.
10. Θεοδωρίδης Χ., *Εισαγωγή στη Φιλοσοφία* (ανατύπωση), Αθήνα, 2000.
11. *Ιστορία του Ελληνικού Έθνους*, Εκδ.: Εκδοτική Αθηνών Α.Ε., Αθήνα, 1971-1979.
12. Καραγιάννης Γ., *Ο παιδαγωγικός Έρωτας στην Αρχαία Ελλάδα*, Εκδ.: Μαϊανδρος, Θεσσαλονίκη, 2003.
13. Kroh P., *Λεξικό Αρχαίων Συγγραφέων*, Εκδ.: University Studio Press, Θεσσαλονίκη, 1996.
14. Λέσκυ Α., *Ιστορία τής Αρχαίας Ελληνικής Λογοτεχνίας*, Εκδ.: Κυριακίδη, Θεσσαλονίκη, 1990.

15. Λωρέντης Ν., *Λεξικόν των Αρχαίων Μυθολογικών, Ιστορικών και Γεωγραφικών Κυρίων Ονομάτων*, Βιέννη, 1837.
16. Long A. A., *Η ελληνιστική φιλοσοφία: Στωικοί – Επικούρειοι – Σκεπτικοί*, Εκδ.: Μ. Ι. Ε. Τ., Αθήνα, 1987.
17. Ματσούκας Ν., *Ιστορία τής Φιλοσοφίας*, Θεσσαλονίκη, 1993.
18. Μιχαηλίδης Σ., *Εγκυκλοπαίδεια τής Αρχαίας Ελληνικής Μουσικής*, Αθήνα.
19. Συκουτρής Ι., *Αρχαία Επιστολογραφία*, Αθήνα, 1988.
20. Συκουτρής Ι., *Πλάτωνος Συμπόσιον*, Αθήνα, 1990.
21. Sitter-Liver B., «Πεπερασμένο: μιá παραμελημένη προοπτική στη Βιοηθική», περιοδικό «Θρησκευολογία», τεύχος 5, σελ. 305-322, Αθήνα, 2004.
22. Τσακνάκης Α., *Πλάτων: Ερασταί – Φιλοκερδής*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2004.
23. Τσακνάκης Α., *Πλάτων: Ίων*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2004.
24. Τσακνάκης Α., *Πλάτων: Περί φιλίας*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005.
25. Τσακνάκης Α., *Πλάτων: Τίμαιος*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005.
26. Τσακνάκης Α., *Πλούταρχος: Ίσις και Όσιρις*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005.
27. Τσακνάκης Α., *Σαλούστιος: Περί Θεών και Κόσμου*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005.
28. Τσέλλερ-Νέστλε, *Ιστορία τής Ελληνικής Φιλοσοφίας*, Αθήνα, 2000.
29. Frankfurt H. G., *Η Ηθική τής Αγάπης*, Εκδ.: Ποιότητα, Αθήνα, 2004.
30. Χριστοδούλου Ι. Σ., *Επικτήτος*, Εκδ.: Ζήτρος, Θεσσαλονίκη, 1997.

## Ξενόγλωσση Βιβλιογραφία

1. Anastasi R., *I frammenti degli Stoici antichi*, Padova, 1962.
2. Brun J., *Le Stoicisme*, Paris, 1961.
3. Brun J., *Les Stoiciens*, Paris, 1962.
4. Desideri A., *Storia e storiografia*, Εκδ.: G. D' Anna, Milano, 1989.
5. Engelhardt H. T., *Bioethics and Secular Humanism – The Search for a Common Morality*, London / Philadelphia, 1991.
6. Festa N., *I frammenti degli Stoici antichi*, Bari, 1935.
7. Field G. C., *The Philosophy of Plato*, Oxford, 1949.
8. Guthrie W. K. C., *A History of Greek Philosophy*, vol. IV, Cambridge, 1975.
9. Kennedy G., *The Art of Persuasion in Greece*, Princeton, 1963.
10. Long A. A., *Problems in Stoicism*, London, 1971.
11. Mates B., *Stoic Logic*, Εκδ.: University of California Press, 1953.
12. McKenny G. P., *To Relieve the Human Condition – Bioethics, Technology, and the Body*, Albany, 1997.
13. Nock A. D., *Sallustius*, England, 1966.
14. Oakesmith J., *The Religion of Plutarch*, London.
15. Pujana Arza J. J., *Politeia*, Εκδ.: Klasikoak S. A., Bilbo, 1993.
16. Rist J. M., *Stoic Philosophy*, Cambridge, 1969.
17. Ross D., *Plato's Theory of Ideas*, Oxford, 1951.
18. Sambursky S., *Physics of the Stoics*, Εκδ.: Routledge, London, 1959.
19. Solmsen F., *Plato's Theology*, New York, 1942.
20. Unamuno M. de, *Amor y Pedagogía*, Εκδ.: Alianza Editorial, Madrid, 1997.

21. Vlastos G., *Socratic Studies*, Cambridge, 1994.

22. Watson G., *The Stoic Theory of Knowledge*, Belfast.